叶兴阳Yeh

双语音标有声读物

叶兴阳

双音阅读英语教育创始人

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 8 个章节

1. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000001

2. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000002

3. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000003

4. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000004

5. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000005

6. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000006

7. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000007

8. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000008

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)

[helθ] ['lesnz; 'lesənz]
HEALTH **LESSONS**
健康 课程

健康小贴士

[bʊk] [aɪ]
BOOK **I**
书 我

第一卷

[baɪ]
BY
经过

经过

['ælvin] ['deɪvɪsən] , [em] . [es] . , [ə; eɪ] . [em] . , [ˌpiː 'eɪtʃ] . [diː] .
ALVIN **DAVISON** **,** **M** **.** **S** **.** **,** **A** **.** **M** **.** **,** **Ph** **.** **D** **.**
阿尔文 戴维森 , M . S . , 一个 . M . , 菲尔 . D .

阿尔文·戴维森，理学硕士，文学硕士，哲学博士

[prəˈfesər] [ʌv; əv] [baɪˈɑːlədʒi] [ɪn] [ˌlæfiˈet] ['kɑːlɪdʒ]
PROFESSOR **OF** **BIOLOGY** **IN** **LAFAYETTE** **COLLEGE**
教授 的 生物学 在 拉斐特 大学

拉斐特学院生物学教授

[nuː] [jɔːk] ❖ [ˌsɪnsɪˈnæti] ❖ [ʃɪˈkɑːgoʊ]
NEW **YORK** ❖ **CINCINNATI** ❖ **CHICAGO**
新的 约克 ❖ 辛辛那提 ❖ 芝加哥

纽约 ❖ 辛辛那提 ❖ 芝加哥

[əˈmerɪkən] [bʊk] ['kʌmpəni]
AMERICAN **BOOK** **COMPANY**
美国人 书 公司

美国图书公司

['kɑːpiraɪt] , - , [baɪ]
Copyright **,** **1910** **,** **by**
版权 , - , 经过

版权所有，1910 年，作者

['ælvin] ['deɪvɪsən] .
ALVIN **DAVISON** **.**
阿尔文 戴维森 .

阿尔文·戴维森。

['entərd] [æt; ət] ['steɪʃənəz] - [hɔːl] , ['lʌndən] .
Entered **at** **Stationers** **'** **Hall** **,** **London** **.**
进入 在 文具店 - 大厅 , 伦敦 .

登记于伦敦文具商公会。

[helθ] ['lesnz; 'lesənz] .
HEALTH **LESSONS** **.**
健康 课程 .

健康小贴士。

[biːˈkeɪ] . [wʌn] .

BK	.	1	.
BK	.	1	.

BK.1.

['dʌbljuː] . [piː] . [sɪks]

W	.	P	.	6
W	.	P	.	6

WP 6

['eksərsaɪz] , [kliːn] [er] , [ænd; ənd] [wel] - [tʃuːd] [fuːd] [meɪk] [ə; eɪ] [strɔːŋ] [ænd; ənd]

Exercise	,	clean	air	,	and	well	-	chewed	food	make	a	strong	and
锻炼	,	干净的	空气	,	和	出色地	-	咀嚼	食物	制作	一个	强的	和

运动、新鲜空气和充分咀嚼的食物能带来强壮的身体。

['helθi] ['bɑːdi] .

healthy	body	.
健康	身体	.

健康的身体。

[[ˌpiː ˈdʒiː][faɪv]]

[	Pg	5	]
[	页	5	]

[第5页]

['prefəs]

PREFACE
前言

前言

['skersli] [wʌn] [hæf] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['tʃɪldrən] [ʌv; əv] ['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] [kən'tɪnjuː] [ɪn] [skuːl] [mʌtʃ] [bɪ'jɑːnd]

Scarcely	one	half	of	the	children	of	our	country	continue	in	school	much	beyond
几乎	一	一半	的	这	孩子们	的	我们的	国家	继续	在	学校	很多	超过

[ðə; ði] [fɪfθ] [greɪd] .

the	fifth	grade	.
这	第五	年级	.

我国只有不到一半的孩子能在五年级之后继续上学。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɪm'pɔːrt(ə)nt] , ['ðerfɔːr] ,

It	is	important	,	therefore	,
它	是	重要的	,	所以	,

因此，这一点很重要。

[ðæt] [soʊ][fɑːr][æz; əz]['pɑːsəb(ə)l][ðə; ði] ['nɑːlɪdʒ] [wɪtʃ] [hæz; həz][moʊst][tuː; tə][duː][wɪð; wɪθ]['hjuːmən]

that	so	far	as	possible	the	knowledge	which	has	most	to	do	with	human
那	所以	远的	作为	可能的	这	知识	哪个	有	最多	到	做	和	人类

['welfer] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [prɪ'zentɪd] [ɪn][ðə; ði] ['ɜːrli] ['jɪrz] [ʌv; əv] [skuːl] [laɪf] .

welfare	should	be	presented	in	the	early	years	of	school	life	.
福利	应该	是	呈现	在	这	早期的	年	的	学校	生活	.

尽可能在学生早期教育阶段就向他们传授与人类福祉最相关的知识。

['fɪʃər] , ['metʃni,kɔf] , ['sedʒwik] ,

Fisher	,	Metchnikoff	,	Sedgwick	,
费舍尔	,	梅契尼科夫	,	塞奇威克	,

费舍尔、梅奇尼科夫、塞奇威克

[ænd; ənd] ['ʌðər] [hæv; həv] [ʃoʊn] [ðæt] [ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv] [ə; eɪ] ['piːp(ə)l] ['influənsiz] [ðə; ði] [prɑː'sperəti]

and	others	have	shown	that	the	health	of	a	people	influences	the	prosperity
和	其他的	有	所示	那	这	健康	的	一个	人们	影响	这	繁荣

[ænd; ənd] ['hæpinəs] [ʌv; əv][ə; eɪ]['neɪʃ(ə)n] [mɔːr] [ðæn; ðən] ['eni] ['ʌðər] [wʌn] [θɪŋ] .

and	happiness	of	a	nation	more	than	any	other	one	thing	.
和	幸福	的	一个	国家	更多的	比	任何	其他	一	事物	.

还有其他研究表明，人民的健康状况对一个国家的繁荣和幸福的影响比任何其他因素都大。

[ðə; ði][haɪɪst; 'haɪəst]['peɪtrɪətɪzəm][ɪz] ['ðerfɔːr] [ðə; ði][ˌkɑːnsər'veɪʃ(ə)n][ʌv; əv] [helθ] .

The	highest	patriotism	is	therefore	the	conservation	of	health	.
这	最高	爱国主义	是	所以	这	保护	的	健康	.

因此，最高的爱国主义就是保护健康。

[ðə; ði]['sev(ə)n] ['hʌndrəd] ['θaʊz(ə)nd] [laɪvz; lɪvz] ['ænjuəli] [dɪ'strɔɪd] [baɪ] [ɪn'fekʃəs] [dɪ'ziːzɪz] [ænd; ənd]

The	seven	hundred	thousand	lives	annually	destroyed	by	infectious	diseases	and
这	七	百	千	生活	每年	损毁	经过	传染性	疾病	和

[ðə; ði] ['mɪljən] ['ʌðər] ['sɪriəs] ['keɪsɪz][ʌv; əv] ['sɪknəs] [frʌm; frəm] [kən'teɪdʒəs] ['mælədi] ,

the	million	other	serious	cases	of	sickness	from	contagious	maladies	,
这	百万	其他	严肃的	案例	的	疾病	从	传染性	疾病	,

每年有70万人死于传染病，还有100万人因传染病而患上其他严重的疾病。

[wɪð; wɪθ][ɔːl][ðer; ðər] [ə'tendənt] ['sʌfərɪŋ] , [ɑːr; ər] ['lɑːrdʒli] ['sækrɪfaɪsɪz][ɑːn][ðə; ði]['ɔːltər][ʌv; əv] ['ɪgnərəns]

with	all	their	attendant	suffering	,	are	largely	sacrifices	on	the	altar	of	ignorance
和	全部	他们的	服务员	痛苦	,	是	很大程度上	牺牲	在	这	坛	的	无知

.

:

.

他们所遭受的一切苦难，很大程度上都是无知祭坛上的牺牲品。

[ðə; ði] ['lʌvɪŋ] ['mʌðər] ['menəsiz] [ðə; ði][laɪf][ʌv; əv][hɜːr; hər] [beɪb] [baɪ] ['fiːdɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [mɪlk] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ]

The	loving	mother	menaces	the	life	of	her	babe	by	feeding	it	milk	with	a
这	爱	母亲	威胁	这	生活	的	她	宝贝	经过	喂养	它	牛奶	和	一个

[dʒɜːrm]['kɑːntent] ['nɪrli] [hæf][æz; əz] [greɪt] [æz; əz] [ðæt] [ʌv; əv] ['suːɪdʒ] ,

germ	content	nearly	half	as	great	as	that	of	sewage	,
细菌	内容	几乎	一半	作为	伟大的	作为	那	的	污水	,

这位慈爱的母亲用细菌含量几乎是污水一半的牛奶喂养婴儿，从而危及婴儿的生命。

[ðə; ði][ə'niːmɪk][gɜːrl] [sliːps] [wɪð; wɪθ][fæst] - [kloʊzd] ['wɪndoʊz] , ['wʌndərɪŋ] [ɪn][ðə; ði] ['mɔːrnɪŋ] [waɪ] [ʃiː; ʃi]

the	anemic	girl	sleeps	with	fast	-	closed	windows	,	wondering	in	the	morning	why	she
这	贫血	女孩	睡觉	和	快速地	-	关闭	视窗	,	好奇	在	这	早晨	为什么	她

[fiːlz] [soʊ] ['laɪfləs] ,

feels	so	lifeless	,
感觉	所以	无生命	,

这个贫血的女孩睡觉时总是关着窗户，早上醒来时却感到浑身无力，百思不得其解。

[ænd; ənd][ðə; ði][wʌn] - [taɪm] ['vɪgərəs] [bɔɪ] [goʊz][tuː; tə][ə; eɪ] - ['ɜːrli] [greɪv] ,

and	the	one	-	time	vigorous	boy	goes	to	a	consumptive's	early	grave	,
和	这	一	-	时间	蓬勃	男生	去	到	一个	-	早期的	严重	,

曾经精力充沛的男孩，最终却因肺结核英年早逝。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [dɪd][nɑːt] [noʊ] ([wʌt] ['evri] [skuːl] [ɔːt] [tuː; tə] [tiːtʃ]) [ðə; ði] [weɪ] [tuː; tə] [helθ]

because	they	did	not	know	(	what	every	school	ought	to	teach	)	the	way	to	health
因为	他们	做过	不是	知道	(	什么	每一个	学校	应该	到	教	)	这	方式	到	健康

.

:

.

因为他们不知道（每所学校都应该教授的）通往健康的道路。

['dɑːktər] [praɪs] , [ðə; ði] ['sekrəteri] [ʌv; əv][ðə; ði] [steɪt] [bɔːrd] [ʌv; əv] [helθ] [ʌv; əv] ['meriləndˌ]

Doctor	Price	,	the	Secretary	of	the	State	Board	of	Health	of	Maryland	,
医生	价格	,	这	秘书	的	这	状态	木板	的	健康	的	马里兰州	,

马里兰州卫生委员会秘书普莱斯博士

['riːs(ə)ntli] [sed] [bɪ'fɔːr] [ðə; ði] [ə'merɪkən] ['pʌblɪk] [helθ] [əˌsəʊsi'eɪʃn; əˌsəʊʃi'eɪʃn] [ðæt] [ðə; ði][tekst] - [bʊks]

recently	said	before	the	American	Public	Health	Association	that	the	text	-	books
最近	说	前	这	美国人	民众	健康	协会	那	这	文本	-	图书

[ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] [skuːlz] [ʃoʊ] [ə; eɪ] [mɑːrkt] [ˌdɪsrɪ'gɑːrd][fɔːr; fər][ðə; ði]['ɜːrdʒənt]['prɔːbləms] [wɪtʃ] ['entər]

of	our	schools	show	a	marked	disregard	for	the	urgent	problems	which	enter
的	我们的	学校	展示	一个	标记	漠视	为了	这	紧迫的	问题	哪个	进入

他最近在美国公共卫生协会表示，我们学校的教科书明显忽视了迫在眉睫的问题。

[[ˌpiː 'dʒiː][sɪks]]
[Pg 6]
[页 6]

[第6页]

['aʊər; ɑːr] ['deɪli] [laɪf] , [sʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði] [prɪ'venʃn] [ʌv; əv][tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] , ['taɪfɔɪd] ['fiːvər] , [ænd; ənd]
our 我们的 **daily** 日常的 **life** 生活 **,** **such** , 这样的 **as** 作为 **the** 这 **prevention** 预防 **of** 的 **tuberculosis** 结核 **,** **typhoid** 伤寒 **fever** 发烧 **,** **and** 和
[ə'kjuːt] [ɪn'fekʃəs] [dɪ'ziːzɪz] .
acute 急性 **infectious** 传染性 **diseases** 疾病 **.** .

我们的日常生活，例如预防肺结核、伤寒和急性传染病。

[sɪns] [ðə; ði][əb'zəviŋ, ɔb-] ['pʌblɪk] [hæv; həv] [siːn] ['edʒukeɪtɪd] [kə'mjʊnəti] [dɪ'kriːs] [ðer; ðər] [deθ] [reɪt]
Since 自从 **the** 这 **observing** 观察 **public** 民众 **have** 有 **seen** 已见 **educated** 受过教育 **communities** 社区 **decrease** 减少 **their** 他们的 **death** 死亡 **rate** 速度
[frʌm; frəm] ['taɪfɔɪd] ['fiːvər] ,
from 从 **typhoid** 伤寒 **fever** 发烧 **,** ,

鉴于公众已经看到受过良好教育的社区降低了伤寒死亡率，

[tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] , [ænd; ənd][dɪf'θɪriəˌdɪp'θɪriə][frʌm; frəm][wʌn] [θɜːrd][tuː; tə] [θriː] [fɔːθs] [baɪ] ['hiːdɪŋ] [ðə; ði]
tuberculosis 结核 **,** , **and** 和 **diphtheria** 白喉 **from** 从 **one** 一 **third** 第三 **to** 到 **three** 三 **fourths** 第四部分 **by** 经过 **heeding** 听从 **the** 这
[helθ] [kɔːl] ,
health 健康 **call** 称呼 **,** ,

通过听从卫生呼吁，结核病和白喉的发病率降低了三分之一到四分之三。

['lɔːmeikəz] [ɑːr; ər] [bɪ'kʌmɪŋ] [kən'vɪnst] [ðæt] [ðə; ði] ['niːdləs] [weɪst] [ʌv; əv]['hjuːmən] [laɪf] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi]
lawmakers 立法者 **are** 是 **becoming** 成为 **convinced** 确信 **that** 那 **the** 这 **needless** 不必要 **waste** 浪费 **of** 的 **human** 人类 **life** 生活 **should** 应该 **be** 是
[stɑːpt] .
stopped 停止 **.** .

立法者们越来越相信，应该制止这种不必要的生命浪费。

['mɪʃɪgən] [hæz; həz] [ɔːl'redi] [dɪ'kriːd] [ðæt] ['evri] [skuːl] [tʃaɪld] [ʃæl; ʃəl][biː; bi] [tɔːt] [ðə; ði] [kɔːz]
Michigan 密歇根州 **has** 有 **already** 已经 **decreed** 颁布 **that** 那 **every** 每一个 **school** 学校 **child** 孩子 **shall** 将 **be** 是 **taught** 教授 **the** 这 **cause** 原因
[ænd; ənd] [prɪ'venʃn] [ʌv; əv][ðə; ði] [kə'mjuːnɪkəbl] [dɪ'ziːzɪz] ,
and 和 **prevention** 预防 **of** 的 **the** 这 **communicable** 传染性的 **diseases** 疾病 **,** ,

密歇根州已经颁布法令，要求所有学龄儿童都必须学习传染病的病因和预防方法。

[ænd; ənd] ['sevrəl] ['ʌðər] [steɪts] [ɑːr; ər] ['kɔntempleɪtɪŋ] [laɪk] ['ækʃ(ə)n] .
and 和 **several** 一些 **other** 其他 **states** 各州 **are** 是 **contemplating** 沉思 **like** 喜欢 **action** 行动 **.** .

其他几个州也在考虑采取类似行动。

[ðɪs] [bʊk] [miːts] ['fʊli] [ðə; ði] [dɪ'mændz] [ʌv; əv] [ɔːl] [sʌtʃ] [lɔːz] [æz; əz][ɑːr; ər] ['kɑːntəmˌpleɪtɪd] ,
This 这 **book** 书 **meets** 满足 **fully** 完全 **the** 这 **demands** 需求 **of** 的 **all** 全部 **such** 这样的 **laws** 法律 **as** 作为 **are** 是 **contemplated** 思考 **,** ,

本书完全符合所有相关法律的要求。

[ænd; ənd]['prez(ə)nts][ðə; ði][ɪm'pɔːrt(ə)nt] [trʊθs] [nɑːt][baɪ][dɔːg'mætɪk] [ə'sɜːrʃ(ə)n] ,
and 和 **presents** 礼物 **the** 这 **important** 重要的 **truths** 真相 **not** 不是 **by** 经过 **dogmatic** 教条主义 **assertion** 断言 **,** ,

它呈现重要真理的方式并非教条式的断言。

[bʌt; bət][baɪ]['saɪtɪŋ] [spə'sɪfɪk] [fækts] [ə'piːlɪŋ] [tuː; tə][ðə; ðɪ][tʃaɪld][maɪnd][ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [weɪ] [æz; əz][tuː; tə]

but	by	citing	specific	facts	appealing	to	the	child	mind	in	such	a	way	as	to
但	经过	引用	具体的	事实	上诉	到	这	孩子	头脑	在	这样的	一个	方式	作为	到

[meɪk] [ə; eɪ] ['læstɪŋ] [ɪm'preʃ(ə)n] .

make	a	lasting	impression	.
制作	一个	持久	印象	.

但通过引用能引起儿童共鸣的具体事实，以给人留下深刻印象的方式。

['æftər][ðə; ðɪ] [ɪ'lev(ə)nθ] [jɪr] [ʌv; əv][eɪdʒ] , [ðə; ðɪ][fɜːrst] [kɔːz] [ʌv; əv] [deθ] [ə'mʌŋ] [skuːl] ['tʃɪldrən] [ɪz]

After	the	eleventh	year	of	age	,	the	first	cause	of	death	among	school	children	is
后	这	第十一	年	的	年龄	,	这	第一的	原因	的	死亡	之中	学校	孩子们	是

[tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] .

tuberculosis	.
结核	.

11岁以后，学龄儿童的首要死因是肺结核。

[ðə; ðɪ] [tʃiːf] [eɪm][ʌv; əv][ðə; ðɪ] ['ɔːθər] [hæz; həz] [bɪn] [tuː; tə] [ʃoʊ] [ðə; ðɪ][tʃaɪld][ðə; ðɪ] [ʃʊr] [weɪ] [ʌv; əv]

The	chief	aim	of	the	author	has	been	to	show	the	child	the	sure	way	of
这	首席	目的	的	这	作者	有	到过	到	展示	这	孩子	这	当然	方式	的

[priˈventɪŋ] [ðɪs] [dɪˈziːz] [ænd; ənd] ['ʌðər] [ʌv; əv][laɪk] ['neɪtʃər] ,

preventing	this	disease	and	others	of	like	nature	,
预防	这	疾病	和	其他的	的	喜欢	自然	,

作者的主要目的是向孩子展示预防这种疾病及其他类似疾病的可靠方法。

[ænd; ənd][tuː; tə] [ɪ'stæblɪʃ] [æn; ən] [ʌn'daɪɪŋ] [feɪθ] [ɪn][ðə; ðɪ]['mɑːtoʊ][ʌv; əv][pæs'tɜː] ,

and	to	establish	an	undying	faith	in	the	motto	of	Pasteur	,
和	到	建立	一个	不朽	信仰	在	这	座右铭	的	巴斯德	,

并确立对巴斯德格言永不磨灭的信念，

" [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [wɪ'ðɪn] [ðə; ðɪ] ['paʊər] [ʌv; əv][mæn][tuː; tə][rɪd] [hɪm'self] [ʌv; əv] ['evri] [ˌpærə'sɪtɪk] [dɪ'ziːz] .

"	It	is	within	the	power	of	man	to	rid	himself	of	every	parasitic	disease	.
"	它	是	之内	这	力量	的	男人	到	摆脱	他自己	的	每一个	寄生	疾病	.

“人类有能力摆脱一切寄生虫病。”

" ['nɪrli] [ɔːl][ʌv; əv][ðə; ðɪ] [ˌilə'streiʃəns] [juːst] [ɑːr; ər][frʌm; frəm] ['fəutəgræfs] [ænd; ənd] ['drɔɪŋz]

"	Nearly	all	of	the	illustrations	used	are	from	photographs	and	drawings
"	几乎	全部	的	这	插图	用过的	是	从	照片	和	图画

['speʃəli] [prɪ'pɜrd] [fɔːr; fər] [ðɪs] [bʊk] .

specially	prepared	for	this	book	.
特别	准备	为了	这	书	.

“本书中使用的几乎所有插图都是专门为本书准备的照片和图画。”

[ðiːz] ,

These	,
这些	,

这些，

[tə'geðər] [wɪð; wɪθ][ðə; ðɪ][lɑːrdʒ] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] [mə'tɪrɪəl] [gliːnd] [frʌm; frəm][ə'rɪdʒən(ə)l] ['sɔːrsɪz]

together	with	the	large	amount	of	material	gleaned	from	original	sources
一起	和	这	大的	数量	的	材料	收集	从	原来的	来源

[ænd; ənd][frʌm; frəm][ðə; ðɪ] ['ɔθɝz] [ɪk'sperɪmənts; ɪk'sperɪments; ɪk'sperəmənts; ɪk'sperəments][ɪn][ðə; ðɪ]

and	from	the	author's	experiments	in	the
和	从	这	作者的	实验	在	这

['læbrətɔːri] ,

laboratory	,
实验室	,

结合从原始资料和作者在实验室进行的实验中收集的大量材料，

[wɪl] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [hoʊpt] ,

will	,	it	is	hoped	,
将要	,	它	是	希望	,

希望如此。

[meɪk] [ðɪs] ['lɪt(ə)l] ['vɑːljəm] ['wɜːrðɪ] [ʌv; əv][ðə; ði] [seɪm] ['dʒenərəs] ['welkəm] [ə'kɔːd] [ðə; ði] [tuː] ['ɜːrliər]
make this little volume worthy of the same generous welcome accorded the two earlier
制作 这 小的 体积 值得 的 这 相同的 慷慨的 欢迎 同意 这 二 早些时候
[bʊks] [ʌv; əv] [ðɪs] ['sɪriːz] .
books of this series .
图书 的 这 系列 .

让这本小册子也像该系列的前两本书一样，受到热烈欢迎。

[[ˌpiː 'dʒiː]['sɛvən]]
[Pg 7]
[页 7]

[第7页]

['kɑːntents]
CONTENTS
内容

内容

['tʃæptər] [peɪdʒ]
CHAPTER PAGE
章 页

章节页

[aɪ] . ['kerɪŋ] [fɔːr; fər][ðə; ði] [helθ] [naɪn]
I . Caring for the Health 9
我 . 关怀 为了 这 健康 9

一、关爱健康 9

[iː] .
II .
二 .

二、

[pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] -
Parts of the Body 15
部分 的 这 身体 -

身体部位 15

[ˌaɪ'aɪ'aɪ] .
III .
三、 .

三、

['fiːdɪŋ] [ðə; ði]['bɑːdi] -
Feeding the Body 21
喂养 这 身体 -

身体的营养 21

[ˌaɪ 'viː] .
IV .
第四 .

四、

[fuːd] [ænd; ənd] [helθ] -
Food and Health 30
食物 和 健康 -

食品与健康 30

[viː] . [haʊ] [plænts]['saʊər][ɔːr] [spɔɪl] [fuːd] -
V . How Plants sour or spoil Food 36
V . 如何 植物 酸的 或者 剧透 食物 -

五、植物如何使食物变质或腐败 36

['vaɪ, 'viː] .

VI	.
六年级	.

六、

[mɪlk] [meɪ] [biː; bi][ə; eɪ] [fuːd] [ɔːr][ə; eɪ] ['pɔɪzn] -

Milk	may	be	a	Food	or	a	Poison	41
牛奶	可能	是	一个	食物	或者	一个	毒	-

牛奶可能是食物，也可能是毒药 41

[ˌviːˌaɪ'aɪ] .

VII	.
七	.

七、

[haʊ] [ðə; ði]['bɑːdi]['juːzɪz] [fuːd] -

How	the	Body	uses	Food	47
如何	这	身体	用途	食物	-

身体如何利用食物 47

[ˌviːˌaɪ'aɪ'aɪ] .

VIII	.
八	.

第八章

[ðə; ði] [ker] [ʌv; əv][ðə; ði] [maʊθ] -

The	Care	of	the	Mouth	60
这	关心	的	这	嘴	-

口腔护理 60

[ˌaɪ'ɛks] .

IX	.
第九章	.

九、

[ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋks] -

Alcoholic	Drinks	68
酗酒者	饮料	-

酒精饮料 68

[eks] . ['ælkəhɔːl][ænd; ənd] [helθ] -

X	.	Alcohol	and	Health	74
X	.	酒精	和	健康	-

X. 酒精与健康 74

[saɪˌzaɪˌksaɪˌgzaɪ] . [tə'bækoʊ][ænd; ənd][ðə; ði] [drʌgz] [wɪtʃ] ['ɪndʒər][ðə; ði] [helθ] -

XI	.	Tobacco	and	the	Drugs	which	injure	the	Health	78
十一	.	烟草	和	这	药物	哪个	损伤	这	健康	-

十一、烟草和有害健康的药物 78

[ˌɛksˌaɪ'aɪ] .

XII	.
十二	.

十二、

[ðə; ði] [skɪn] [ænd; ənd] ['beɪðɪŋ] -

The	Skin	and	Bathing	85
这	皮肤	和	洗澡	-

皮肤与沐浴 85

[ˌɛksˌaɪ'aɪ'aɪ] .

XIII	.
十三	.

十三、

['kloʊðɪŋ] [ænd; ənd] [haʊ] [tuː; tə] [juːz] [ˌaɪ 'tiː] -
Clothing **and** **how** **to** **use** **It** **94**
衣服 和 如何 到 使用 它 -

服装及其使用方法 94

[ˌɛksˌaɪ'viː] .
XIV **.**
十四 .

十四、

['briːðɪŋ] -
Breathing **100**
呼吸 -

呼吸 100

['ɛks'viː] .
XV **.**
十五 .

十五、

[freʃ] [er] [ænd; ənd] [helθ] -
Fresh **Air** **and** **Health** **111**
新鲜的 空气 和 健康 -

新鲜空气与健康 111

[ˌɛks'viː'aɪ] .
XVI **.**
十六 .

十六、

[ðə; ði] [blʌd] [ænd; ənd] [haʊ] [ˌaɪ 'tiː] [floʊz] [θruː] [ðə; ði] ['bɑːdi] -
The **Blood** **and** **how** **it** **flows** **through** **the** **Body** **117**
这 血 和 如何 它 流量 通过 这 身体 -

血液及其在体内的流动 117

[ˌɛksˌviː'aɪ'aɪ] .
XVII **.**
十七 .

十七、

['ɪnsekts] [ænd; ənd] [helθ] -
Insects **and** **Health** **127**
昆虫 和 健康 -

昆虫与健康 127

[ˌɛksˌviː'aɪ'aɪ'aɪ] .
XVIII **.**
十八 .

十八、

[haʊ] [ðə; ði] ['bɑːdi] [muːvz] -
How **the** **Body** **Moves** **135**
如何 这 身体 移动 -

身体如何运动 135

[[ˌpiː 'dʒiː] [eɪt]]
[**Pg** **8** **]**
[页 8]

[第 8 页]

[ˌɛksˌaɪ'ɛks] .
XIX **.**
十九 .

十九、

[ðə; ði] ['mʌslz] [ænd; ənd] [helθ] -

The	Muscles	and	Health	144
这	肌肉	和	健康	-

肌肉与健康 144

['eks 'eks] .

XX	.
xx	.

XX.

[haʊ] [ðə; ði]['bɑːdi][ɪz] ['gʌvənd] -

How	the	Body	is	Governed	149
如何	这	身体	是	受统治	-

身体如何运作 149

[ˌɛks'ɛks'aɪ] .

XXI	.
二十一	.

二十一世纪

[haʊ] [nɑːr'kɑːtɪks][ænd; ənd]['stimjuləntsˌ] [ə'fekt] [ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] [nəːvs] -

How	Narcotics	and	Stimulants	affect	the	Brain	and	Nerves	158
如何	毒品	和	兴奋剂	影响	这	脑	和	神经	-

麻醉剂和兴奋剂如何影响大脑和神经 158

[ˌɛks'ɛks'aɪ'aɪ] .

XXII	.
二十二	.

二十二、

[ðə; ði] ['sensɪz] , [ɔːr] [dɔːz] [ʌv; əv] ['nɑːlɪdʒ] -

The	Senses	,	or	Doors	of	Knowledge	165
这	感官	, 或者		门	的	知识	-

感官，或知识之门 165

[ˌɛks'ɛks'aɪ'aɪ'aɪ] .

XXIII	.
二十三	.

二十三、

['kiːpɪŋ] [ə'weɪ] ['sɪknəs] -

Keeping	away	Sickness	174
保持	离开	疾病	-

预防疾病 174

[ˌɛks'ɛks'aɪ'viː] .

XXIV	.
二十四	.

二十四、

['helpɪŋ] [bɪ'fɔːr] [ðə; ði]['dɑːktər] [kʌmz] -

Helping	before	the	Doctor	Comes	183
帮助	前	这	医生	来	-

医生到来之前提供帮助 183

['ɪndeks] -

Index	189
指数	-

索引 189

[[ˌpiː 'dʒiː][naɪn]]

[	Pg	9	]
[	页	9	]

[第9页]

[helθ] ['lesnz; 'lesənz]
HEALTH **LESSONS**
健康 课程

健康小贴士

['tʃæptər] [aɪ]
CHAPTER **I**
章 我

第一章

['kerɪŋ] [fɔːr; fər][ðə; ði] [helθ]
CARING **FOR** **THE** **HEALTH**
关怀 为了 这 健康

关爱健康

[gʊd] [helθ] ['betər] [ðæn; ðən][goʊld] . — ['hɔːrsɪz] [ænd; ənd] ['haʊzɪz] , [bɔːlz] [ænd; ənd]['dɑːlz] ,
Good **Health** **better** **than** **Gold** **.** **—** **Horses** **and** **houses** **,** **balls** **and** **dolls** **,**
好的 健康 更好的 比 金子 . — 马匹 和 房屋 , 球 和 娃娃 ,

健康胜过黄金。——马匹和房子，球和娃娃，

[ænd; ənd] [mʌtʃ] [els] [ðæt] ['piːp(ə)l] [θɪŋk] [ðeɪ] [wɑːnt][tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm] ['hæpi] [kæn; kən][biː; bi]
and **much** **else** **that** **people** **think** **they** **want** **to** **make** **them** **happy** **can** **be**
和 很多 别的 那 人们 思考 他们 想 到 制作 他们 快乐的 能 是
[bɔːt] [wɪð; wɪθ] ['mʌni] .
bought **with** **money** **.**
买 和 钱 .

许多人们认为能让自己快乐的东西都可以用金钱买到。

[ðə; ði][wʌn] [θɪŋ] [wɪtʃ] [ɪz] [wɜːrθ] [mɔːr] [ðæn; ðən][ɔːl] [els] ['kænɑːt] [biː; bi] [bɔːt] [wɪð; wɪθ]['iːv(ə)n][ə; eɪ]
The **one** **thing** **which** **is** **worth** **more** **than** **all** **else** **cannot** **be** **bought** **with** **even** **a**
这 一 事物 哪个 是 值得 更多的 比 全部 别的 不能 是 买 和 甚至 一个
['haʊsfʊl] [ʌv; əv][goʊld] .
houseful **of** **gold** **.**
满屋 的 金子 .

有一样东西比世间万物都更有价值，即使拥有满屋子的黄金也买不到。

[ðɪs] [θɪŋ] [ɪz] [gʊd] [helθ] .
This **thing** **is** **good** **health** **.**
这 事物 是 好的 健康 .

这是指身体健康。

['oʊvər] [θriː] ['mɪljən] ['pɝːsənz] [ɪn]['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] [ɑːr; ər] [naʊ] [sɪk] ,
Over **three** **million** **persons** **in** **our** **country** **are** **now** **sick** **,**
超过 三 百万 人 在 我们的 国家 是 现在 生病的 ,

我国目前已有超过三百万人患病，

[ænd; ənd] ['meni] [ʌv; əv][ðem; ðəm][ɑːr; ər] ['sʌfərɪŋ] [mʌtʃ] [peɪn] .
and **many** **of** **them** **are** **suffering** **much** **pain** **.**
和 许多 的 他们 是 痛苦 很多 疼痛 .

他们中的许多人正在遭受巨大的痛苦。

[sʌm; səm][ʌv; əv][ðem; ðəm] [wʊd] [gɪv] [ɔːl][ðə; ði] ['mʌni] [ðeɪ] [hæv; həv][tuː; tə][geɪn] [wʌns] [mɔːr] [ðə; ði]
Some **of** **them** **would** **give** **all** **the** **money** **they** **have** **to** **gain** **once** **more** **the**
一些 的 他们 会 给 全部 这 钱 他们 有 到 获得 一次 更多的 这
[gʊd] [helθ] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['puːrɪst] [meɪ] ['juːʒuəli; 'juːʒəli][ɪn'dʒɔɪ][baɪ] [raɪt] ['lɪvɪŋ] [deɪ] [baɪ] [deɪ] .
good **health** **which** **the** **poorest** **may** **usually** **enjoy** **by** **right** **living** **day** **by** **day** **.**
好的 健康 哪个 这 最贫困 可能 通常 享受 经过 正确的 活的 天 经过 天 .

他们中的一些人愿意倾尽所有，只为重新获得健康的身体，而这种健康的身体，即使是最贫困的人，也能通过每天的正确生活方式而享有。

[haʊ] [lɔːŋ] [ʃæl; ʃəl][juː; jʊ][lɪv; laɪv] ?
How long shall you live ?
如何 长的 将 你 居住 ?

你能活多久?

— [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [moʊst][ʌv; əv][ðə; ði] ['pɜːsənz] [bɔːrn][lɪv; laɪv][tuː; tə][biː; bi]['oʊvər] ['fɔːrti] ['jɪrz] [ʌv; əv][eɪdʒ]
— In this country most of the persons born live to be over forty years of age
一 在 这 国家 最多 的 这 人 出生 居住 到 是 超过 四十 年 的 年龄
,
,
,

在这个国家，大多数人都能活到四十岁以上。

[ænd; ənd][sʌm; səm][lɪv; laɪv] [mɔːr] [ðæn; ðən][wʌn] ['hʌndrəd] ['jɪrz] .
and some live more than one hundred years .
和 一些 居住 更多的 比 一 百 年 .

有些活到一百岁以上。

[ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['jɪrz] [ə'goʊ][moʊst] ['pɜːsənz] [daɪd] [bɪ'fɔːr] [ðə; ði][eɪdʒ][ʌv; əv] ['θɜːrti] - [faɪv] ['jɪrz] .
A hundred years ago most persons died before the age of thirty - five years .
一个 百 年 前 最多 人 死亡 前 这 年龄 的 三十 - 五 年 .

一百年前，大多数人活不到三十五岁。

[ɪn] ['lʌndən] [θriː] ['hʌndrəd] ['jɪrz] [ə'goʊ]['oʊnli] [ə'baʊt] [wʌn] [hæf] [ʌv; əv] [ðoʊz] [bɔːrn] [riːtʃt] [ðə; ði][eɪdʒ]
In London three hundred years ago only about one half of those born reached the age
在 伦敦 三 百 年 前 仅有的 关于 一 一半 的 那些 出生 达到 这 年龄
[ʌv; əv] ['twenti] - [faɪv] ['jɪrz] .
of twenty - five years .
的 二十 - 五 年 .

三百年前的伦敦，只有大约一半的出生人口能活到二十五岁。

['skersli] [wʌn] [hæf] [ʌv; əv][ðə; ði] ['piːp(ə)l] [ɪn] ['ɪndiə] [tuː; tə] - [deɪ] [lɪv; laɪv] [bɪ'jɑːnd] [ðə; ði][eɪdʒ][ʌv; əv] ['twenti]
Scarcely one half of the people in India to - day live beyond the age of twenty
几乎 一 一半 的 这 人们 在 印度 到 - 天 居住 超过 这 年龄 的 二十
- [faɪv] ['jɪrz] .
- five years .
- 五 年 .

如今，印度只有不到一半的人能活过25岁。

[ɪn][fækt] ,
In fact ,
在 事实 ,

实际上，

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 10]
[页 -]

[第10页]

['piːp(ə)l] [ɪn] ['ɪndiə] [ɑːr; ər] ['daɪɪŋ] ['nɪrli] [twaɪs] [æz; əz][fæst][æz; əz][ɪn]['aʊər; ɑːr] [oʊn] ['kʌntri] .
people in India are dying nearly twice as fast as in our own country .
人们 在 印度 是 垂死 几乎 两次 作为 快速地 作为 在 我们的 自己的 国家 .

印度的死亡速度几乎是我们国家的两倍。

[ðɪs] [ɪz][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [hæv; həv][nɑːt] ['lɜːrnɪd] [haʊ] [tuː; tə] [teɪk] [ker] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][ɪn] ['ɪndiə] [soʊ]
This is because they have not learned how to take care of the body in India so
这 是 因为 他们 有 不是 学习 如何 到 拿 关心 的 这 身体 在 印度 所以
[wel] [æz; əz][wiː; wi][hæv; həv] .
well as we have .
出色地 作为 我们 有 .

这是因为印度人还没有像我们一样学会好好保养身体。

[fɪg] . [wʌn] — [baɪ] [raɪt] ['lɪvɪŋ] [ðɪs] ['wʊmən] [rɪ'meɪnd] [ɪn] [gʊd] [helθ] [fɔ:r; fər] ['sevrəl] ['jɪrz] ['æftər]

Fig	**.**	**1**	**—**	**By**	**right**	**living**	**this**	**woman**	**remained**	**in**	**good**	**health**	**for**	**several**	**years**	**after**
如图	.	1	—	经过	正确的	活的	这	女士	剩余	在	好的	健康	为了	一些	年	后

[ʃi:; ʃi][wʌz; wəz][ə; eɪ] ['sentʃəri] [oʊld] .

she	**was**	**a**	**century**	**old**	**.**
她	曾是	一个	世纪	老的	.

图 1 —这位女士生活方式健康，百岁高龄后仍保持了数年的健康。

[ðə; ðɪ] ['stʌdi] [wɪtʃ] [telz] [haʊ] [tu:; tə] [ki:p] [wel] [ɪz] ['haɪdʒi:n] .

The	**study**	**which**	**tells**	**how**	**to**	**keep**	**well**	**is**	**Hygiene**	**.**
这	学习	哪个	讲述	如何	到	保持	出色地	是	卫生	.

保持健康的秘诀在于卫生。

['weðər] [ju:; jʊ] [ki:p] [wel] [ænd; ənd][lɪv; laɪv] [lɔ:ŋ] , [ɔ:r] ['sʌfər] [mʌtʃ] [frʌm; frəm] ['hedeikiz] , [koʊld] ,

Whether	**you**	**keep**	**well**	**and**	**live**	**long**	**,**	**or**	**suffer**	**much**	**from**	**headaches**	**,**	**cold**	**,**
无论	你	保持	出色地	和	居住	长的	,	或者	遭受	很多	从	头痛	,	寒冷的	,

[ænd; ənd] ['ʌðər] ['sɪknəs] ,

and	**other**	**sickness**	**,**
和	其他	疾病	,

无论你身体健康、长寿，还是饱受头痛、感冒和其他疾病的折磨，

[dɪ'pendz] ['lɑ:rdʒli] [ɑ:n] [haʊ] [ju:; jʊ] [ker] [fɔ:r; fər][jʊr; jər]['bɑ:di] .

depends	**largely**	**on**	**how**	**you**	**care**	**for**	**your**	**body**	**.**
取决于	很大程度上	在	如何	你	关心	为了	你的	身体	.

很大程度上取决于你如何保养自己的身体。

['wɜ:rkɪŋ] [tə'geðər] [fɔ:r; fər] [helθ] . — [wʌn] ['kænɑ:t] ['ɔ:lweɪz] [ki:p] [wel] [ænd; ənd] [strɔ:ŋ] [baɪ][hɪz; ɪz]

Working	**together**	**for**	**Health**	**.**	**—**	**One**	**cannot**	**always**	**keep**	**well**	**and**	**strong**	**by**	**his**
在职的	一起	为了	健康	.	—	一	不能	总是	保持	出色地	和	强的	经过	他的

[oʊn] ['efərts] .

own	**efforts**	**.**
自己的	努力	.

携手共创健康——一个人不可能总是仅靠自身努力保持健康和强壮。

[ðə; ðɪ]['groʊsər][ænd; ənd] ['mɪlkmən] [meɪ] [sel] [tu:; tə][ju:; jʊ][bæd] [fu:d] , [ðə; ðɪ] [taʊn] [meɪ] ['fɜ:rnɪʃ] [ɪm'pjʊr]

The	**grocer**	**and**	**milkman**	**may**	**sell**	**to**	**you**	**bad**	**food**	**,**	**the**	**town**	**may**	**furnish**	**impure**
这	杂货商	和	送奶工	可能	卖	到	你	坏的	食物	,	这	镇	可能	提供	不纯

['wɔ:tər] ,

water	**,**
水	,

杂货店老板和送奶工可能会卖给你变质的食物，镇上可能会提供不洁净的水。

[tʃɜ:rtʃɪz] [ænd; ənd] [sku:lz] [meɪ] ['ɪndʒər][jʊr; jər] [helθ] [baɪ] ['feɪlɪŋ] [tu:; tə] [sə'plaɪ] [freʃ] [er] [ɪn][ðer; ðər]

churches	**and**	**schools**	**may**	**injure**	**your**	**health**	**by**	**failing**	**to**	**supply**	**fresh**	**air**	**in**	**their**
教堂	和	学校	可能	损伤	你的	健康	经过	失败	到	供应	新鲜的	空气	在	他们的

['bɪldɪŋz] .

buildings	**.**
建筑物	.

教堂和学校如果未能向建筑物内提供新鲜空气，可能会损害您的健康。

[mɔ:r] [ðæn; ðən][ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['θaʊz(ə)nd] ['pi:p(ə)l] [wɜ:r; wər] [meɪd] ['veri] [sɪk] [læst] [jɪr] [θru:] [ðə; ðɪ]

More	**than**	**a**	**hundred**	**thousand**	**people**	**were**	**made**	**very**	**sick**	**last**	**year**	**through**	**the**
更多的	比	一个	百	千	人们	是	制成	非常	生病的	最后的	年	通过	这

[ju:z][ʌv; əv]['wɔ:tər] ['pɔɪznd] [baɪ] [weɪst] ['mætər] [wɪtʃ] ['ʌðər] ['pɜ:rsənz] ['kerləsli] [let] [ri:tʃ] [ðə; ðɪ]

use	**of**	**water**	**poisoned**	**by**	**waste**	**matter**	**which**	**other**	**persons**	**carelessly**	**let**	**reach**	**the**
使用	的	水	中毒	经过	浪费	事情	哪个	其他	人	粗心大意	让	抵达	这

[stri:mz] [ænd; ənd] [welz] .

streams	**and**	**wells**	**.**
溪流	和	水井	.

去年，超过十万人因饮用被他人随意丢弃的废物污染的水而患上重病，这些废物流入了溪流和水井。

['meni] [ʌv; əv][ðə; ði] [sɪk] [daɪd][ʌv; əv][ðə; ði]['fi:vər] [kɔ:zd] [baɪ] [ðɪs] ['wɔ:tər] .

Many	of	the	sick	died	of	the	fever	caused	by	this	water	.
许多	的	这	生病的	死亡	的	这	发烧	导致	经过	这	水	.

许多病人死于这种水引起的发烧。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	11	]
[	页	-	]

[第11页]

[ɔ:l'ðoʊ] [ˌaɪ 'ti:] ['kænɑ:t] [bi:; bi] [sed] [ðæt] [wi:; wi][ɑ:r; ər] [ɪn'geɪdʒd] [ɪn] ['ri:əl] [wɔ:r] ,

Although	it	cannot	be	said	that	we	are	engaged	in	real	war	,
虽然	它	不能	是	说	那	我们	是	已订婚的	在	真实的	战争	,

虽然不能说我们正处于真正的战争状态，

[jet] [wi:; wi][ɑ:r; ər] ['ʃʊrli] ['kɪlɪŋ] [wʌn] [ə'nʌðər] [baɪ]['aʊər; ɑ:r] ['θɔ:tləs] ['hæbɪts][ɪn] ['skætərɪŋ] [dɪ'zi:z]

yet	we	are	surely	killing	one	another	by	our	thoughtless	habits	in	scattering	disease
然而	我们	是	一定	杀	一	其他	经过	我们的	轻率	习惯	在	散射	疾病

.

:

.

然而，我们却因不加思考的习惯而互相残杀，传播疾病。

[wi:; wi][mʌst; məst] ['ðerfɔ:r] [nɑ:t]['oʊnli] [noʊ] [haʊ] [tu:; tə] [ker] [fɔ:r; fər]['aʊər; ɑ:r] [oʊn] ['bɑ:dɪz] ,

We	must	therefore	not	only	know	how	to	care	for	our	own	bodies	,
我们	必须	所以	不是	仅有的	知道	如何	到	关心	为了	我们的	自己的	身体	,

因此，我们不仅要知道如何照顾自己的身体，

[bʌt; bət] [ti:tʃ] [ɔ:l][tu:; tə][help] [wʌn] [ə'nʌðər] [tu:; tə] [ki:p] [wel] .

but	teach	all	to	help	one	another	to	keep	well	.
但	教	全部	到	帮助	一	其他	到	保持	出色地	.

但要教导所有人互相帮助，保持健康。

[ə; eɪ] ['les(ə)n] [frʌm; frəm][wɔ:r] . — [ðə; ði] ['menʃ(ə)n] [ʌv; əv][wɔ:r] [meɪks] [ðoʊz] [hu:] [noʊ] [ɪts] ['tɛrərz]

A	Lesson	from	War	.	—	The	mention	of	war	makes	those	who	know	its	terrors
一个	课	从	战争	.	—	这	提到	的	战争	制作	那些	WHO	知道	它是	恐怖

['ʃʌdər] .

shudder	.
不寒而栗	.

战争的教训——一提到战争，那些了解战争恐怖的人就会不寒而栗。

[dɪ'zi:z] [hæz; həz] [kɔ:zd] [mɔ:r] [ðæn; ðən][ten] [taɪmz] [æz; əz] [mʌtʃ] ['sʌfərɪŋ] [ænd; ənd] [deθ] [æz; əz]

Disease	has	caused	more	than	ten	times	as	much	suffering	and	death	as
疾病	有	导致	更多的	比	十	时代	作为	很多	痛苦	和	死亡	作为

[wɔ:r][wɪð; wɪθ][ɪts] ['hɑ:rvɪst] [ʌv; əv] ['mæŋgld] ['bɑ:dɪz] ,

war	with	its	harvest	of	mangled	bodies	,
战争	和	它是	收成	的	残缺不全	身体	,

疾病造成的痛苦和死亡是战争的十倍以上，战争带来的残肢断骸更是触目惊心。

['ʃætərd] [lɪmz] , [ænd; ənd]['blaɪndɪd] [aɪz] .

shattered	limbs	,	and	blinded	eyes	.
破碎	四肢	,	和	失明	眼睛	.

四肢残缺，双目失明。

[ɪn]['aʊər; ɑ:r] [fɔ:r] [mʌnθs] - [wɔ:r][wɪð; wɪθ] [speɪn] [ɪn] - ['oʊnli] - ['soʊldʒərz][wɜ:r; wər] [kɪld] [ɪn]['bæt(ə)l]

In	our	four	months	'	war	with	Spain	in	1898	only	268	soldiers	were	killed	in	battle
在	我们的	四	几个月	-	战争	和	西班牙	在	-	仅有的	-	士兵	是	被杀	在	战斗

,

,

,

在1898年与西班牙的四个月战争中，只有268名士兵在战斗中阵亡。

[waɪl] ['nɪrli] - [breɪv] [men] [daɪd] [frʌm; frəm] [dɪ'ziːz] .

while	nearly	4000	brave	men	died	from	disease	.
尽管	几乎	-	勇敢的	男人	死亡	从	疾病	.

另有近4000名勇敢的战士死于疾病。

[wiː; wi] [lɔːst] [mɔːr] [ðæn; ðən] [ten] [men] [baɪ] [dɪ'ziːz] [tuː; tə] ['evri] [wʌn] [kɪld] [baɪ] ['bulits] .

We	lost	more	than	ten	men	by	disease	to	every	one	killed	by	bullets	.
我们	丢失的	更多的	比	十	男人	经过	疾病	到	每一个	一	被杀	经过	子弹	.

我们死于疾病的人数比死于枪击的人数多出十倍以上。

[ɪn] [ðə; ði] [leɪt] [wɔːr] [bɪ'twiːn] [dʒə'pæn] [ænd; ənd] ['rʌʃə] [ðə; ði] [ˌdʒæpə'niːz] ['soʊldʒərz] [kɛəd] [fɔːr; fər] [ðer; ðər]

In	the	late	war	between	Japan	and	Russia	the	Japanese	soldiers	cared	for	their
在	这	晚的	战争	之间	日本	和	俄罗斯	这	日本人	士兵	关心	为了	他们的

[helθ] [soʊ] ['kerfəli] [ðæt] ['oʊnli] [wʌn] [fɔːrθ] [æz; əz] ['meni] [daɪd] [frʌm; frəm] [dɪ'ziːz] [æz; əz] ['perɪʃt] [ɪn]

health	so	carefully	that	only	one	fourth	as	many	died	from	disease	as	perished	in
健康	所以	小心	那	仅有的	一	第四	作为	许多	死亡	从	疾病	作为	遇难	在

['bæt(ə)l] .

battle	.
战斗	.

在日俄战争后期，日本士兵非常注重健康，因此死于疾病的人数只有战死人数的四分之一。

[ðɪs] [ʃoʊz] [ðæt] [wɪð; wɪθ] [ker] [fɔːr; fər] [ðə; ði] [helθ] [ðə; ði] [smɔːl] [men] [ʌv; əv] [dʒə'pæn] [seɪvd]

This	shows	that	with	care	for	the	health	the	small	men	of	Japan	saved
这	演出	那	和	关心	为了	这	健康	这	小的	男人	的	日本	已保存

[ðəm'selvz] [frʌm; frəm] [dɪ'ziːz] ,

themselves	from	disease	,
他们自己	从	疾病	,

这表明，日本的小人物们通过注重健康，避免了疾病的侵袭。

[ænd; ənd] [ðʌs] [wʌn] [ə; eɪ] ['vɪktəri] [toʊld] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [wɜːrld] .

and	thus	won	a	victory	told	around	the	world	.
和	因此	韩元	一个	胜利	讲述	大约	这	世界	.

就这样，他们赢得了一场举世闻名的胜利。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

[ˌtuː'tuː] — [ðə; ði] ['sɜːrdʒən] ['dʒen(ə)rəl] [huː] , [baɪ] ['kiːpɪŋ] [ðə; ði] ['soʊldʒərz] [wel] ,

2	—	The	Surgeon	General	who	,	by	keeping	the	soldiers	well	,
2	—	这	外科医生	一般的	WHO	,	经过	保持	这	士兵	出色地	,

2 —军医总监，他通过保持士兵的健康，

[helpt] [dʒə'pæn] [wɪn] [ɪn] [ðə; ði] [wɔːr] [ə'genst] ['rʌʃə] .

helped	Japan	win	in	the	war	against	Russia	.
帮助	日本	赢	在	这	战争	反对	俄罗斯	.

帮助日本赢得了对俄战争。

[ðə; ði] ['bæt(ə)l] [wɪð; wɪθ] [dɪ'ziːz] . — [fɔːr; fər] [lɔːŋ] ['eɪdʒɪz] ['sɪknəs] [hæz; həz] [kɔːzd] [mɔːr] ['sɑːroʊ] ,

The	Battle	with	Disease	.	—	For	long	ages	sickness	has	caused	more	sorrow	,
这	战斗	和	疾病	.	—	为了	长的	年龄	疾病	有	导致	更多的	悲哀	,

['mɪzəri] , [ænd; ənd] [deθ] [ðæn; ðən] ['fæmɪn] ,

misery	,	and	death	than	famine	,
苦难	,	和	死亡	比	饥荒	,

与疾病的斗争——长久以来，疾病造成的悲伤、痛苦和死亡比饥荒还要多。

[wɔːr] , [ænd; ənd] [waɪld] [biːsts] .

war	,	and	wild	beasts	.
战争	,	和	荒野	野兽	.

战争和野兽。

['meni] ['jɪrz] [ə'goʊ][ə; eɪ] [pleɪg] [kɔːld] [ðə; ði] [blæk] [deθ] [swept] ['oʊvər][moʊst][ʌv; əv][ðə; ði] [ɜːrθ] ,

Many	years	ago	a	plague	called	the	black	death	swept	over	most	of	the	earth	,
许多	年	前	一个	瘟疫	称为	这	黑色的	死亡	扫荡	超过	最多	的	这	地球	,

很多年前，一场名为黑死病的瘟疫席卷了地球大部分地区。

[ænd; ənd] [kɪld] ['nɪrli] [wʌn] [θɜːrd] [ʌv; əv][ðə; ði]

and	killed	nearly	one	third	of	the
和	被杀	几乎	一	第三	的	这

并杀死了近三分之一的人

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	12	]
[	页	-	]

[第12页]

[ɪn'hæbɪtənts] .

inhabitants	.
居民	.

居民。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [mɔːr] [ðæn; ðən][ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['jɪrz] [ə'goʊ] ['jeloʊ] ['fiːvər] [kɪld] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv]

A	little	more	than	a	hundred	years	ago	yellow	fever	killed	thousands	of
一个	小的	更多的	比	一个	百	年	前	黄色的	发烧	被杀	数千	的

['piːp(ə)l] [ɪn] [ˌfɪlə'delfɪr] [ænd; ənd] [nuː] [jɔːk] [ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [wiːks] .

people	in	Philadelphia	and	New	York	in	a	few	weeks	.
人们	在	费城	和	新的	约克	在	一个	很少	周	.

一百多年前，黄热病在短短几周内就夺去了费城和纽约数千人的生命。

[wen] ['bɔːstən; 'bɑːstən][wʌz; wəz][ə; eɪ] ['sɪti] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ][ˌpɑːpju'leɪʃ(ə)n][ʌv; əv] - , - ,

When	Boston	was	a	city	with	a	population	of	11	,	000	,
什么时候	波士顿	曾是	一个	城市	和	一个	人口	的	-	,	-	,

当波士顿还是一座人口为 11,000 的城市时，

[mɔːr] [ðæn; ðən][wʌn] [hæf] [ʌv; əv][ðə; ði] ['pɜːsənz] [hæd; həd]['smɔːlpɑːks][ɪn][wʌn] [jɪr] .

more	than	one	half	of	the	persons	had	smallpox	in	one	year	.
更多的	比	一	一半	的	这	人	有	天花	在	一	年	.

一年内，超过一半的人得过天花。

[wɪ'ðɪn] [ə; eɪ] [fjuː] ['jɪrz] [wʌn] [hæf] [ʌv; əv][ðə; ði] ['stɜːrdi] [red] [men] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] ['fɔrists] [wɜːr; wər] [sleɪn]

Within	a	few	years	one	half	of	the	sturdy	red	men	of	our	forests	were	slain
之内	一个	很少	年	一	一半	的	这	结实的	红色的	男人	的	我们的	森林	是	被杀

[baɪ]['smɔːlpɑːks] [wen] [ˌaɪ 'tiː][fɜːrst] ['vɪzɪtɪd] ['aʊər; ɑːr] [ʃɔːz] .

by	smallpox	when	it	first	visited	our	shores	.
经过	天花	什么时候	它	第一的	到访	我们的	海岸	.

短短几年内，天花首次传入我国海岸时，我们森林里一半强壮的红种人就被天花夺去了生命。

[bɪ'fɔːr] [ðə; ði] [jɪr] - [fjuː] [bɔɪz] [ɔːr]['gɜːlz] [riːtʃt] [ðə; ði][eɪdʒ][ʌv; əv] ['twenti] ['jɪrz] [wɪ'ðaʊt] [ə; eɪ]

Before	the	year	1798	few	boys	or	girls	reached	the	age	of	twenty	years	without	a
前	这	年	-	很少	男孩们	或者	女孩们	达到	这	年龄	的	二十	年	没有	一个

[pɪt] - [mɑːrkt] [feɪs] [duː] [tuː; tə][ðə; ði] ['dredf(ə)l] [dɪ'ziːz] [ʌv; əv]['smɔːlpɑːks] .

pit	-	marked	face	due	to	the	dreadful	disease	of	smallpox	.
坑	-	标记	脸	到期的	到	这	可怕	疾病	的	天花	.

1798 年以前，很少有男孩或女孩能活到 20 岁而不因可怕的天花疾病而脸上留下坑坑洼洼的痕迹。

[ðɪs] [dɪ'ziːz] [wʌz; wəz] ['fɔːrmərli] [mɔːr] ['kɑːmən] [ðæn; ðən] ['miːz(ə)lz] [ænd; ənd] ['tʃɪkɪn] [pɑːks] [naʊ]

This	disease	was	formerly	more	common	than	measles	and	chicken	pox	now
这	疾病	曾是	以前	更多的	常见的	比	麻疹	和	鸡	天花	现在

[ɑːr; ər][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][wiː; wi][hæd; həd][nɑːt] [jet] ['lɜːrnɪd] [haʊ] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ˌaɪ 'tiː][æz; əz][wiː; wi][duː][tuː; tə]

are	because	we	had	not	yet	learned	how	to	prevent	it	as	we	do	to
是	因为	我们	有	不是	然而	学习	如何	到	防止	它	作为	我们	做	到

- [deɪ] .

-	day	.
-	天	.

这种疾病以前比现在的麻疹和水痘更常见，因为我们当时还没有学会像今天这样预防它。

['vɪktəri] ['oʊvər] [dɪ'ziːz] . — ['kɑːlərə] , ['jeloʊ] ['fiːvər] , [blæk] [deθ] , [ænd; ənd]['smɔːlpɑːks][noʊ][lɔːŋgər]

Victory	over	Disease	.	—	Cholera	,	yellow	fever	,	black	death	,	and	smallpox	no	longer
胜利	超过	疾病	.	—	霍乱	,	黄色的	发烧	,	黑色的	死亡	,	和	天花	不	更长

[kɔːz] ['piːp(ə)l] [tuː; tə]

cause	people	to
原因	人们	到

战胜疾病——霍乱、黄热病、黑死病和天花不再导致人们死亡。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	13	]
[	页	-	]

[第13页]

[fliː] ['ɪntuː][ðə; ði] ['wɪldərnəs] [tuː; tə] [ɪ'skeɪp] [ðem; ðəm] [wen] [ðeɪ] [ə'keɪʒ(ə)nəli] [breɪk] [aʊt] [ɪn][ə; eɪ]

flee	into	the	wilderness	to	escape	them	when	they	occasionally	break	out	in	a
逃跑	进入	这	荒野	到	逃脱	他们	什么时候	他们	偶尔	休息	出去	在	一个

[taʊn] [ɔːr] ['sɪti] .

town	or	city	.
镇	或者	城市	.

当敌人偶尔在城镇或城市里发动袭击时，人们会逃入荒野躲避他们。

[wiː; wi][hæv; həv] ['lɜːrnɪd] [haʊ] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ðiːz] ['eilmənts] [ə'mʌŋ] ['piːp(ə)l] [huː] [wɪl] [ə'beɪ] [ðə; ði]

We	have	learned	how	to	prevent	these	ailments	among	people	who	will	obey	the
我们	有	学习	如何	到	防止	这些	疾病	之中	人们	WHO	将要	服从	这

[lɔːz] [ʌv; əv] [helθ] .

laws	of	health	.
法律	的	健康	.

我们已经学会了如何预防那些遵守健康规律的人们患上这些疾病。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

[θriː] — [wʌn] [ʌv; əv][ðə; ði]['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv] ['stɜːrdi] [red] [men] [wɪtʃ] ['smɔːlpɑːks] [sluː] [bɪ'fɔːr]

3	—	One	of	the	thousands	of	sturdy	red	men	which	smallpox	slew	before
3	—	一	的	这	数千	的	结实的	红色的	男人	哪个	天花	一万	前

[wiː; wi] ['lɜːrnɪd] [haʊ] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] .

we	learned	how	to	prevent	the	disease	.
我们	学习	如何	到	防止	这	疾病	.

3 — 成千上万的强壮的红皮肤男子，在我们学会如何预防天花之前，天花夺去了他们的生命。

[ʌn'tɪl] [ðə; ði] [jɪr] - , ['piːp(ə)l] [fled] [frʌm; frəm][ə; eɪ] ['sɪti] [wen] ['jeloʊ] ['fiːvər] [wʌz; wəz] [ə'naʊnst] ,

Until	the	year	1900	,	people	fled	from	a	city	when	yellow	fever	was	announced	,
直到	这	年	-	,	人们	逃亡	从	一个	城市	什么时候	黄色的	发烧	曾是	宣布	,

直到1900年，每当黄热病疫情爆发的消息传出，人们都会逃离城市。

[bʌt; bət] [naʊ] ['eni] [wʌn][kæn; kən] [sliːp] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] ['fiːvər] ['peɪʃ(ə)nt][ænd; ənd][nɑːt] [kætʃ] [ðə; ði] [dɪ'ziːz]

but	now	any	one	can	sleep	with	a	fever	patient	and	not	catch	the	disease
但	现在	任何	一	能	睡觉	和	一个	发烧	病人	和	不是	抓住	这	疾病

,

,

,

但现在任何人都可以和发烧病人睡觉而不会被传染。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][wiː; wi][hæv; həv] ['lɜːrnɪd] [haʊ] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ˌaɪ 'tiː] .

because	we	have	learned	how	to	prevent	it	.
因为	我们	有	学习	如何	到	防止	它	.

因为我们已经学会了如何预防它。

['nɜːrsɪz] [ænd; ənd] ['dɑːktɚz] [noʊ] [lɔːŋgər] ['hezɪteɪt] [tuː; tə][sɪt][fɔːr; fər] ['aʊərz] [ɪn][ðə; ði][ruːmz; rʊmz][ʌv; əv]

Nurses	and	doctors	no	longer	hesitate	to	sit	for	hours	in	the	rooms	of
护士	和	医生	不	更长	犹豫	到	坐	为了	小时	在	这	房间	的

[ðoʊz] [sɪk] [wɪð; wɪθ]['smɔːlpɑːks][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [noʊ] [haʊ] [tuː; tə] [triːt] [ðə; ði]['bɑːdi][tuː; tə] [kiːp]

those	sick	with	smallpox	because	they	know	how	to	treat	the	body	to	keep
那些	生病的	和	天花	因为	他们	知道	如何	到	对待	这	身体	到	保持

[ə'weɪ] [ðɪs] [dɪ'ziːz] .

away	this	disease	.
离开	这	疾病	.

护士和医生不再犹豫在天花病人的房间里坐上几个小时，因为他们知道如何治疗身体以预防这种疾病。

[baɪ] ['stʌdiɪŋ] [ðɪs] [bʊk] ,

By	studying	this	book	,
经过	学习	这	书	,

通过研读这本书，

[bɔɪz] [ænd; ənd]['gɝːlz] [meɪ] [lɜːrn] [nɑːt]['oʊnli] [haʊ] [tuː; tə] [kiːp] [friː] [frʌm; frəm] [ðiːz] [dɪ'ziːzɪz] ,

boys	and	girls	may	learn	not	only	how	to	keep	free	from	these	diseases	,
男孩们	和	女孩们	可能	学习	不是	仅有的	如何	到	保持	自由的	从	这些	疾病	,

男孩女孩不仅可以学习如何远离这些疾病，

[bʌt; bət] [haʊ] [tuː; tə] ['mænɪdʒ] [ðer; ðər] ['bɑːdɪz] [tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm] [strɔːŋ] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [ɪ'skeɪp]

but	how	to	manage	their	bodies	to	make	them	strong	enough	to	escape
但	如何	到	管理	他们的	身体	到	制作	他们	强的	足够的	到	逃脱

['ʌðər] [dɪ'ziːzɪz] .

other	diseases	.
其他	疾病	.

但如何锻炼他们的身体，使他们足够强壮，能够抵御其他疾病呢?

[æz; əz][ðə; ði] [twɪg] [ɪz] [bent] [soʊ][ðə; ði] [triː] [ɪz] [ɪn'klaɪnd] . — [ðɪs] [oʊld] ['seɪɪŋ] [miːnz] [ðæt] [ə; eɪ] [strɔːŋ]

As	the	Twig	is	bent	so	the	Tree	is	inclined	.	—	This	old	saying	means	that	a	strong
作为	这	枝条	是	弯曲	所以	这	树	是	倾斜	.	—	这	老的	说	方法	那	一个	强的

,

,

,

树枝弯曲，整棵树也随之倾斜。——这句古老的谚语的意思是，强壮的、

[streɪt] , ['helθi] , [fʊl] - [groʊn]

straight	,	healthy	,	full	-	grown
直的	,	健康	,	满的	-	生长

笔直、健康、完全成熟

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	14	]
[	页	-	]

[triː] ['kænɑːt] [kʌm] [frʌm; frəm][ə; eɪ] [wiːk] [ænd; ənd] [bent] [jʌŋ] [triː] .

tree	**cannot**	**come**	**from**	**a**	**weak**	**and**	**bent**	**young**	**tree**	**.**
树	不能	来	从	一个	虚弱的	和	弯曲	年轻的	树	.

一棵虚弱弯曲的幼树不可能长成一棵树。

[helθ] [ɪn] ['mænhʊd] [ænd; ənd] ['wʊmənhʊd] [dɪ'pendz] [ɑːn] [haʊ] [ðə; ði] [helθ] [ɪz] [kɛəd] [fɔːr; fər][ɪn] ['tʃaɪldhʊd] .

Health	**in**	**manhood**	**and**	**womanhood**	**depends**	**on**	**how**	**the**	**health**	**is**	**cared**	**for**	**in**	**childhood**	**.**
健康	在	男子气概	和	女性	取决于	在	如何	这	健康	是	关心	为了	在	童年	.

男性和女性的健康状况取决于童年时期的健康护理情况。

[ðə; ði] [faʊn'deɪʃ(ə)n] [fɔːr; fər] [dɪ'ziːz] [ɪz]['ɔːf(ə)n] [leɪd] ['dʊrɪŋ] [skuːl] ['jɪrz] .

The	**foundation**	**for**	**disease**	**is**	**often**	**laid**	**during**	**school**	**years**	**.**
这	基础	为了	疾病	是	经常	铺设	期间	学校	年	.

疾病的根源往往在学生时代就已经埋下。

[ðə; ði] ['meɪkɪŋ] [ʌv; əv] [strɔːŋ] ['bɑːdɪz] [ðæt] [wɪl] [lɪv; laɪv] ['dʒɔɪəs] [laɪvz; lɪvz][fɔːr; fər] [lɔːŋ] ['jɪrz] [mʌst; məst] [bɪ'gɪn] [ɪn] ['bɔɪhʊd] [ænd; ənd] ['gɜːrlhʊd] .

The	**making**	**of**	**strong**	**bodies**	**that**	**will**	**live**	**joyous**	**lives**	**for**	**long**	**years**	**must**	**begin**	**in**	**boyhood**	**and**	**girlhood**	**.**
这	制作	的	强的	身体	那	将要	居住	欢乐	生活	为了	长的	年	必须	开始	在	童年	和	少女时代	.

强健的体魄，才能使人拥有长久快乐的人生，而这必须从男孩和女孩的童年时期开始。

[ɪn] [juːθ] [ɪz][ðə; ði] [taɪm] [tuː; tə] [bɪ'gɪn] [raɪt] ['lɪvɪŋ] .

In	**youth**	**is**	**the**	**time**	**to**	**begin**	**right**	**living**	**.**
在	青年	是	这	时间	到	开始	正确的	活的	.

青年时期是开始正确生活的最佳时期。

[bæd]['hæbɪts] [fɔːrmd] [ɪn] ['ɜːrli] [laɪf]['ɔːf(ə)n] [kɔːz] [mʌtʃ] ['sɑːroʊ] [ɪn]['leɪtər] ['jɪrz] .

Bad	**habits**	**formed**	**in**	**early**	**life**	**often**	**cause**	**much**	**sorrow**	**in**	**later**	**years**	**.**
坏的	习惯	形成	在	早期的	生活	经常	原因	很多	悲哀	在	之后	年	.

早年养成的不良习惯往往会在晚年造成很多痛苦。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [sed] [ðæt] ['oʊvər][wʌn] [hæf][ðə; ði] ['drʌŋkədz] [bɪ'gæn] ['drɪŋkɪŋ] ['lɪkər] [bɪ'fɔːr] [ðeɪ] [wɜːr; wər] ['twenti] ['jɪrz] [ʌv; əv][eɪdʒ][ænd; ənd][moʊst][ʌv; əv][ðə; ði]['smoʊkərz][bɪ'gæn][tuː; tə][juːz][tə'bækoʊ] [bɪ'fɔːr] [ðeɪ] [wɜːr; wər] ['twenti] ['jɪrz] [oʊld] .

It	**is**	**said**	**that**	**over**	**one**	**half**	**the**	**drunkards**	**began**	**drinking**	**liquor**	**before**	**they**	**were**	**twenty**	**years**	**of**	**age**	**and**	**most**	**of**	**the**	**smokers**	**began**	**to**	**use**	**tobacco**	**before**	**they**	**were**	**twenty**	**years**	**old**	**.**
它	是	说	那	超过	一	一半	这	醉汉	开始	喝	酒	前	他们	是	二十	年	的	年龄	和	最多	的	这	吸烟者	开始	到	使用	烟草	前	他们	是	二十	年	老的	.

据说超过一半的酗酒者在二十岁之前就开始喝酒，大多数吸烟者在二十岁之前就开始使用烟草。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	**QUESTIONS1**	**.**
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[wʌt] [ɪz] [wɜːrθ] [moʊst][ɪn] [ðɪs] [wɜːrld] ?

What	**is**	**worth**	**most**	**in**	**this**	**world**	**?**
什么	是	值得	最多	在	这	世界	?

在这个世界上，什么最有价值?

[ˌtuː'tuː] . [haʊ] ['meni] ['piːp(ə)l] [ɑːr; ər] [sɪk] [ɪn]['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] ? [θriː] .

2	**.**	**How**	**many**	**people**	**are**	**sick**	**in**	**our**	**country**	**?**	**3**	**.**
2	.	如何	许多	人们	是	生病的	在	我们的	国家	?	3	.

2. 我们国家有多少人生病了? 3.

[haʊ] [lɔːŋ] [duː][moʊst] ['piːp(ə)l] [lɪv; laɪv] ? [fɔːr] .

How	**long**	**do**	**most**	**people**	**live**	**?**	**4**	**.**
如何	长的	做	最多	人们	居住	?	4	.

大多数人能活多久？4.

[waɪ] [duː] ['piːp(ə)l] [nɑːt][lɪv; laɪv] [lɔːŋ] [ɪn] ['ɪndiə] ? [faɪv] .

Why	**do**	**people**	**not**	**live**	**long**	**in**	**India**	**?**	**5**	**.**
为什么	做	人们	不是	居住	长的	在	印度	?	5	.

为什么印度人的寿命普遍不长？5.

[wʌt] [ɪz] ['haɪdʒiːn] ? [sɪks] .

What	**is**	**hygiene**	**?**	**6**	**.**
什么	是	卫生	?	6	.

什么是卫生？6.

[haʊ] ['meni] [mɔːr] ['dɛθs] [ɑːr; ər] [kɔːzd] [baɪ] [dɪ'ziːz] [ðæn; ðən][baɪ]

How	**many**	**more**	**deaths**	**are**	**caused**	**by**	**disease**	**than**	**by**
如何	许多	更多的	死亡人数	是	导致	经过	疾病	比	经过

疾病造成的死亡人数比……多多少？

[wɔːr] ? ['sɛvən] .

war	**?**	**7**	**.**
战争	?	7	.

战争？7.

[gɪv] [sʌm; səm][fækts] [ə'baʊt] ['smɔːlpɑːks] . [eɪt] .

Give	**some**	**facts**	**about**	**smallpox**	**.**	**8**	**.**
给	一些	事实	关于	天花	.	8	.

8. 请列举一些关于天花的事实。

[waɪ] [duː][wiː; wi][hæv; həv][noʊ] [fɪr] [ʌv; əv] ['jeloʊ] ['fiːvər] [ænd; ənd]['smɔːlpɑːks]

Why	**do**	**we**	**have**	**no**	**fear**	**of**	**yellow**	**fever**	**and**	**smallpox**
为什么	做	我们	有	不	害怕	的	黄色的	发烧	和	天花

为什么我们对黄热病和天花没有丝毫恐惧?

[naʊ] ? [naɪn] .

now	**?**	**9**	**.**
现在	?	9	.

现在？9.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ][biː; bi] ['kerf(ə)l] [ʌv; əv][jʊr; jər] [helθ] [waɪl] [jʌŋ] ? - .

Why	**should**	**you**	**be**	**careful**	**of**	**your**	**health**	**while**	**young**	**?**	**10**	**.**
为什么	应该	你	是	小心	的	你的	健康	尽管	年轻的	?	-	.

为什么年轻时要注重健康？10.

[wen] [duː][moʊst]['smoʊkərz][ænd; ənd] ['drɪŋkəz] [bɪ'gɪn] [ðer; ðər][bæd]

When	**do**	**most**	**smokers**	**and**	**drinkers**	**begin**	**their**	**bad**
什么时候	做	最多	吸烟者	和	饮酒者	开始	他们的	坏的

大多数吸烟者和饮酒者何时开始出现不良习惯?

['hæbɪts] ?

habits	**?**
习惯	?

习惯?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**15**	**]**
[	页	-	]

[第15页]

['tʃæptər] [iː]

CHAPTER	**II**
章	二

第二章

[pɑːrts] [ʌv; əv][ðə; ði] ['bɑːdi]

PARTS	**OF**	**THE**	**BODY**
部分	的	这	身体

身体部位

['riːdʒənz] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] . — [ɪn]['ɔːrdər][tuː; tə] [tɔːk] [ə'baʊt] ['eni] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][ˌaɪ 'tiː]

Regions	**of**	**the**	**Body**	**.**	**—**	**In**	**order**	**to**	**talk**	**about**	**any**	**part**	**of**	**the**	**body**	**it**
地区	的	这	身体	.	—	在	命令	到	讲话	关于	任何	部分	的	这	身体	它

[mʌst; məst][hæv; həv][ə; eɪ] [neɪm] .

must	**have**	**a**	**name**	**.**
必须	有	一个	姓名	.

身体部位——要谈论身体的任何部位，它都必须有一个名称。

[ðə; ði] [meɪn] ['pɔːrʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] [trʌŋk] .

The	**main**	**portion**	**of**	**the**	**body**	**is**	**called**	**the**	**trunk**	**.**
这	主要的	部分	的	这	身体	是	称为	这	树干	.

身体的主要部分称为躯干。

[æt; ət][ðə; ði][tɑːp][ʌv; əv][ðə; ði] [trʌŋk] [ɪz][ðə; ði] [hed] .

At	**the**	**top**	**of**	**the**	**trunk**	**is**	**the**	**head**	**.**
在	这	顶部	的	这	树干	是	这	头	.

树干顶端是树干的头部。

[ðə; ði][ɑːrmz][ænd; ənd][legz][ɑːr; ər] [noʊn] [æz; əz] [lɪmz] [ɔːr] [iks'tremitis] .

The	**arms**	**and**	**legs**	**are**	**known**	**as**	**limbs**	**or**	**extremities**	**.**
这	武器	和	腿	是	已知	作为	四肢	或者	四肢	.

胳膊和腿被称为肢体或四肢。

[ðə; ði][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði][ɑːrm] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['elboʊ] [ænd; ənd] [rɪst] [ɪz][ðə; ði] ['fɔːrɑːm] .

The	**part**	**of**	**the**	**arm**	**between**	**the**	**elbow**	**and**	**wrist**	**is**	**the**	**forearm**	**.**
这	部分	的	这	手臂	之间	这	弯头	和	手腕	是	这	前臂	.

肘部到腕部之间的手臂部分是前臂。

[ðə; ði] [θaɪ] [ɪz][ðə; ði][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði][leg] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] [niː] [ænd; ənd] [hɪp] .

The	**thigh**	**is**	**the**	**part**	**of**	**the**	**leg**	**between**	**the**	**knee**	**and**	**hip**	**.**
这	大腿	是	这	部分	的	这	腿	之间	这	膝盖	和	时髦的	.

大腿是指膝盖和髋部之间的腿部部位。

[ðə; ði] ['ʌpər] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [trʌŋk] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] [tʃest] [ænd; ənd][ɪz] [en'sɜːkəld] [baɪ][ðə; ði][rɪbz] .

The	**upper**	**part**	**of**	**the**	**trunk**	**is**	**called**	**the**	**chest**	**and**	**is**	**encircled**	**by**	**the**	**ribs**	**.**
这	上	部分	的	这	树干	是	称为	这	胸部	和	是	包围	经过	这	肋骨	.

躯干的上部称为胸部，由肋骨环绕。

[ðə; ði] ['loʊər] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [trʌŋk] [ɪz] [neɪmd] [ðə; ði]['æbdəmən] .

The	**lower**	**part**	**of**	**the**	**trunk**	**is**	**named**	**the**	**abdomen**	**.**
这	降低	部分	的	这	树干	是	命名	这	腹部	.

躯干的下部称为腹部。

[ə; eɪ][lɑːrdʒ]['kævəti] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði] [tʃest] [kən'teɪnz] [ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] [hɑːrt] .

A	**large**	**cavity**	**within**	**the**	**chest**	**contains**	**the**	**lungs**	**and**	**heart**	**.**
一个	大的	空腔	之内	这	胸部	包含	这	肺	和	心	.

胸腔内有一个大空腔，其中包含肺和心脏。

[ðə; ði]['kævəti][ʌv; əv][ðə; ði]['æbdəmən][ɪz] [fɪld] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['lɪvər] , ['stʌmək] , [fuːd] [tuːb] , [ænd; ənd]

The	**cavity**	**of**	**the**	**abdomen**	**is**	**filled**	**with**	**the**	**liver**	**,**	**stomach**	**,**	**food**	**tube**	**,**	**and**
这	空腔	的	这	腹部	是	已填	和	这	肝	,	胃	,	食物	管子	,	和

['ʌðər] ['wɜːrkɪŋ] [pɑːrts] .

other	**working**	**parts**	**.**
其他	在职的	部分	.

腹腔内充满了肝脏、胃、食道和其他器官。

[ðə; ði][plæn][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] . — [ɔːl][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][ɑːr; ər][nɑːt][ðə; ði] [seɪm] .

The	Plan	of	the	Body	.	—	All	parts	of	the	body	are	not	the	same	.
这	计划	的	这	身体	.	—	全部	部分	的	这	身体	是	不是	这	相同的	.

身体的构造——身体的各个部分并不相同。

[wʌn] [pɑːrt][hæz; həz][wʌn][kaɪnd][ʌv; əv][wɜːrk][tuː; tə][duː] [waɪl] [ə'nʌðər] [pɝ'fɔrmz] [kwaɪt][ə; eɪ] ['dɪfrənt]

One	part	has	one	kind	of	work	to	do	while	another	performs	quite	a	different
一	部分	有	一	种类	的	工作	到	做	尽管	其他	表演	相当	一个	不同的

['duːti] .

duty	.
责任	.

一部分负责一种工作，而另一部分则负责完全不同的工作。

[ðə; ði] ['kʌvərɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][ɪz][ðə; ði][skɪn] .

The	covering	of	the	body	is	the	skin	.
这	覆盖	的	这	身体	是	这	皮肤	.

身体的覆盖物是皮肤。

[bɪ'niːθ] [ɪz][ðə; ði] [red] [miːt] [kɔːld] ['mʌs(ə)l] .

Beneath	is	the	red	meat	called	muscle	.
下面	是	这	红色的	肉	称为	肌肉	.

下面那层红色的肉叫做肌肉。

[ˌaɪ 'tiː] [lʊks] [dʒʌst][laɪk][ðə; ði] [biːf] [bɔːt] [æt; ət][ðə; ði] ['bʊtʃər] [ʃɑːp] [wɪtʃ] [ɪz][ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [ʌv; əv]

It	looks	just	like	the	beef	bought	at	the	butcher	shop	which	is	the	muscle	of
它	看起来	只是	喜欢	这	牛肉	买	在	这	屠夫	店铺	哪个	是	这	肌肉	的

[ə; eɪ] [kaʊ] [ɔːr]

a	cow	or
一个	奶牛	或者

它看起来就像在肉店买的牛肉，也就是牛的肌肉。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	16	]
[	页	-	]

[第16页]

[ɑːks] .

ox	.
牛	.

牛。

['nɪrli] [wʌn] [hæf][ʌv; əv][ðə; ði] [weɪt] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][ɪz] [meɪd] [ʌv; əv] ['mʌs(ə)l] .

Nearly	one	half	of	the	weight	of	the	body	is	made	of	muscle	.
几乎	一	一半	的	这	重量	的	这	身体	是	制成	的	肌肉	.

人体近一半的重量是由肌肉构成的。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

[fɔːr] — ['dʒen(ə)rəl][plæn][ʌv; əv][ðə; ði] ['ɔrgənz] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

4	—	General	plan	of	the	organs	of	the	body	.
4	—	一般的	计划	的	这	器官	的	这	身体	.

4 —人体器官总体布局。

[ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [ɪz] ['fɑːsənd] [tuː; tə][ðə; ði] [boʊnz] [wɪtʃ] [sə'pɔːrt] [ðə; ði]['bɑːdi][ænd; ənd] [gɪv] [ˌaɪ 'tiː]

The	muscle	is	fastened	to	the	bones	which	support	the	body	and	give	it
这	肌肉	是	系紧	到	这	骨头	哪个	支持	这	身体	和	给	它

['stɪfnəs] .

stiffness	.
刚性	.

肌肉附着在支撑身体并赋予身体刚性的骨骼上。

[ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [baɪ] ['pʊlɪŋ] [ɑːn][ðə; ði] [boʊnz] ['hɛlps] [ðə; ði]['bɑːdi][tuː; tə][duː][ɔːl][kaɪndz][ʌv; əv][wɜːrk] .

The	muscle	by	pulling	on	the	bones	helps	the	body	to	do	all	kinds	of	work	.
这	肌肉	经过	拉	在	这	骨头	帮助	这	身体	到	做	全部	种类	的	工作	.

肌肉通过牵拉骨骼来帮助身体完成各种工作。

[ðə; ði] ['mʌslz] [ænd; ənd] [boʊnz] ['kænɑːt] [wɜːrk] [deɪ] ['æftər] [deɪ] [wɪ'ðaʊt] ['biːɪŋ] [fed] .

The	muscles	and	bones	cannot	work	day	after	day	without	being	fed	.
这	肌肉	和	骨头	不能	工作	天	后	天	没有	存在	美联储	.

肌肉和骨骼如果没有营养，就无法日复一日地工作。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ə; eɪ] [fuːd] [tuːb] [liːdz] [frʌm; frəm][ðə; ði] [maʊθ] [daʊn] ['ɪntuː][ðə; ði] [trʌŋk] [tuː; tə]

For	this	reason	a	food	tube	leads	from	the	mouth	down	into	the	trunk	to
为了	这	原因	一个	食物	管子	线索	从	这	嘴	向下	进入	这	树干	到

[prɪ'per] [mɪlk] ,

prepare	milk	,
准备	牛奶	,

因此，有一根食道管从口腔向下延伸到躯干，用于制备乳汁。

[miːt] , [bred] , [ɔːr] ['ʌðər] [fuːd] , [fɔːr; fər][ðə; ði][juːz][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

meat	,	bread	,	or	other	food	,	for	the	use	of	the	body	.
肉	,	面包	,	或者	其他	食物	,	为了	这	使用	的	这	身体	.

肉、面包或其他食物，供身体使用。

['fiːdɪŋ] [ðə; ði]['bɑːdi] . — [ðə; ði] [maʊθ] [rə'siːvz, rɪ'siːvz, riː'siːvz][ðə; ði] [fuːd] [ænd; ənd] [tʃuːz] [ˌaɪ 'tiː][soʊ]

Feeding	the	Body	.	—	The	mouth	receives	the	food	and	chews	it	so
喂养	这	身体	.	—	这	嘴	接收	这	食物	和	咀嚼	它	所以

[ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] ['iːzəli] ['swɑːloʊd] .

that	it	may	be	easily	swallowed	.
那	它	可能	是	容易地	吞咽	.

身体的营养供给——口腔接收食物并咀嚼，以便于吞咽。

[ˌaɪ 'tiː] [ðen] [goʊz]['ɪntuː][ə; eɪ][sæk] [kɔːld] [ðə; ði] ['stʌmək] .

It	then	goes	into	a	sac	called	the	stomach	.
它	然后	去	进入	一个	囊	称为	这	胃	.

然后它进入一个叫做胃的囊状器官。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	17	]
[	页	-	]

[第17页]

[hɪr] [ðə; ði][hɑːrd][pɑːrts][ɑːr; ər]['broʊkən] [ʌp] ['ɪntuː]['taɪni]['bɪts][ænd; ənd] [floʊt] [ə'baʊt] [ɪn][ə; eɪ] ['wɔːtəri]

Here	the	hard	parts	are	broken	up	into	tiny	bits	and	float	about	in	a	watery
这里	这	难的	部分	是	破碎的	向上	进入	微小的	比特	和	漂浮	关于	在	一个	水状的

['fluːɪd] .

fluid	.
体液	.

在这里，坚硬的部分被分解成微小的碎片，漂浮在水状液体中。

[ðɪs] [goʊz] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] ['ɪntuː][ə; eɪ] [lɔːŋ] ['krʊkɪd] [tuːb] , [ðə; ði] [ɪn'testɪn] .

This	goes	out	of	the	stomach	into	a	long	crooked	tube	,	the	intestine	.
这	去	出去	的	这	胃	进入	一个	长的	歪	管子	,	这	肠	.

这部分物质从胃部进入一条长长的弯曲管道，即肠道。

[hɪr] [ðə; ði]['pɑːrtɪk(ə)lz][ɑːr; ər] [meɪd] [stɪl] ['faɪnər] ,

Here	the	particles	are	made	still	finer	,
这里	这	颗粒	是	制成	仍然	更精细	,

在这里，颗粒被进一步细化。

[ænd; ənd][ðə; ði] [hoʊl] [mæs] [ɪz] [ðen] ['redi] [tu:; tə][bi:; bi] ['kærid] [tu:; tə] ['evri] [pɑ:rt][ʌv; əv][ðə; ði]

and	the	whole	mass	is	then	ready	to	be	carried	to	every	part	of	the
和	这	所有的	大量的	是	然后	准备好	到	是	携带	到	每一个	部分	的	这

['mʌslz] ,

muscles	,
肌肉	,

然后，所有物质就准备好被输送到肌肉的各个部位了。

[boʊnz] , [ænd; ənd] [breɪn] [tu:; tə] [bɪld] [ʌp] [wʌt] [ɪz] ['bi:ɪŋ] [wɔ:rn] [aʊt] [ɪn] [wɜ:rk] [ænd; ənd] [pleɪ] .

bones	,	and	brain	to	build	up	what	is	being	worn	out	in	work	and	play	.
骨头	,	和	脑	到	建造	向上	什么	是	存在	磨损	出去	在	工作	和	玩	.

骨骼和大脑会得到修复，以补充工作和娱乐中损耗的部分。

['kæriɪŋ] [fu:d] [θru:] [ðə; ði]['bɑ:di] . — [ɪn] [ɔ:l] [pɑ:rts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di][ɑ:r; ər]['lɪt(ə)l] ['bræntʃɪŋ]

Carrying	Food	through	the	Body	.	—	In	all	parts	of	the	body	are	little	branching
携带	食物	通过	这	身体	.	—	在	全部	部分	的	这	身体	是	小的	分枝

[tjʊb] .

tubes	.
管子	.

输送食物至全身——身体各个部位都有细小的分支管道。

[ði:z] [ju'naɪt]['ɪntu:]['lɑ:rdʒər] [tjʊb] ['li:dɪŋ; 'ledɪŋ][tu:; tə][ðə; ði] [hɑ:rt] .

These	unite	into	larger	tubes	leading	to	the	heart	.
这些	团结	进入	更大的	管子	领导	到	这	心	.

这些血管汇聚成更大的管道，通向心脏。

[θru:] [ði:z] [tjʊb] [floʊz] [blʌd] .

Through	these	tubes	flows	blood	.
通过	这些	管子	流量	血	.

血液通过这些管道流动。

['hʌndrədz] [ʌv; əv]['taɪni] [tjʊb] [ɪn][ðə; ði] [wɔ:lz] [ʌv; əv][ðə; ði] [ɪn'testɪn] [drɪŋk] [ɪn][ðə; ði] ['wɔ:təri] [fu:d] ,

Hundreds	of	tiny	tubes	in	the	walls	of	the	intestine	drink	in	the	watery	food	,
数百	的	微小的	管子	在	这	墙壁	的	这	肠	喝	在	这	水状的	食物	,

肠壁上数百个细小的管道吸收着水状的食物。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'ti:] [floʊz] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [blʌd] [tu:; tə][ðə; ði] [hɑ:rt] .

and	it	flows	with	the	blood	to	the	heart	.
和	它	流量	和	这	血	到	这	心	.

它随血液流向心脏。

[ðə; ði] [hɑ:rt] [ðen] [puʃiz] [ðɪs] [blʌd] [wɪð; wɪθ][ɪts] [fu:d] [aʊt] [θru:] [ə'nʌðər] [set][ʌv; əv] [tjʊb]

The	heart	then	pushes	this	blood	with	its	food	out	through	another	set	of	tubes
这	心	然后	推动	这	血	和	它是	食物	出去	通过	其他	放	的	管子

[wɪtʃ] [dɪ'vaɪd]['ɪntu:][faɪn] ['bræntʃɪz] [æz; əz] [ðeɪ] [li:d] [tu:; tə] ['evri] [pɑ:rt][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di] ([fɪg] . [faɪv]

which	divide	into	fine	branches	as	they	lead	to	every	part	of	the	body	(	Fig	.	5
哪个	划分	进入	美好的	分支	作为	他们	带领	到	每一个	部分	的	这	身体	(	如图	.	5

) .

)	.
)	.

然后，心脏将含有营养物质的血液通过另一组管道泵出，这些管道分成许多细小的分支，通往身体的各个部位（图5）。

['getɪŋ] [rɪd][ʌv; əv] ['æʃɪz] [ænd; ənd][wɔ:rn] - [aʊt][pɑ:rts] . — [ðə; ði]['bɑ:di] [wɜ:rks] [laɪk][ə; eɪ] [mə'ʃi:n] .

Getting	rid	of	Ashes	and	Worn	-	out	Parts	.	—	The	body	works	like	a	machine	.
获得	摆脱	的	灰烬	和	磨损	-	出去	部分	.	—	这	身体	作品	喜欢	一个	机器	.

清除灰烬和磨损部件——身体就像一台机器。

[fu:d] [ɪz] [ju:st] ['sʌmwʌt] [æz; əz][ə; eɪ][ˌloʊkə'moʊtɪv]['ju:zɪz][koʊl][tu:; tə] [gɪv] [ˌaɪ 'ti:] ['paʊər] [tu:; tə][wɜ:rk] .

Food	is	used	somewhat	as	a	locomotive	uses	coal	to	give	it	power	to	work	.
食物	是	用过的	有些	作为	一个	机车	用途	煤炭	到	给	它	力量	到	工作	.

食物的作用有点像火车利用煤炭来获得动力一样。

[sʌm; səm] ['æʃɪz] [ɑːr; ər] [left] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [juːst] [fuːd] ,
Some **ashes** **are** **left** **from** **the** **used** **food** **,**
一些 灰烬 是 左边 从 这 用过的 食物 ,

用过的食物会留下一些灰烬。

[ænd; ənd] ['ʌðər] [weɪst] ['mætər] [ɪz] [fɔːrmd] [baɪ] [ðə; ði] [ded] [ænd; ənd] [wɔːrn] - [aʊt] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði]
and **other** **waste** **matter** **is** **formed** **by** **the** **dead** **and** **worn** **-** **out** **parts** **of** **the**
和 其他 浪费 事情 是 形成 经过 这 死的 和 磨损 - 出去 部分 的 这
['bɑːdi] .
body **.**
身体 .

而身体死亡和衰老的部位则会产生其他废物。

[ðɪs] [weɪst] [ɪz] ['gæðərd] [ʌp] [baɪ] [ðə; ði] ['rɪtʃli] ['bræntʃɪŋ] [blʌd] [tjʊb] [ænd; ənd] ['kærid] [tuː; tə] [ðə; ði]
This **waste** **is** **gathered** **up** **by** **the** **richly** **branching** **blood** **tubes** **and** **carried** **to** **the**
这 浪费 是 聚集 向上 经过 这 丰富 分枝 血 管子 和 携带 到 这
[lʌŋz] .
lungs **.**
肺 .

这些废物通过分支繁多的血管收集并输送到肺部。

[hɪr] [sʌm; səm] [ʌv; əv] [ˌaɪ 'tiː] ['paːsiz] [aʊt] [æt; ət] ['evri] [breθ] .
Here **some** **of** **it** **passes** **out** **at** **every** **breath** **.**
这里 一些 的 它 通过 出去 在 每一个 气息 .

每次呼吸都会带走一部分能量。

[pɑːrt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [weɪst] [goʊz] [aʊt] [θruː] [ðə; ði] [skɪn] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [swet] [ænd; ənd] [pɑːrt] ['paːsiz]
Part **of** **the** **waste** **goes** **out** **through** **the** **skin** **with** **the** **sweat** **and** **part** **passes**
部分 的 这 浪费 去 出去 通过 这 皮肤 和 这 汗 和 部分 通过
[aʊt] [θruː] [ðə; ði] ['kidniz] .
out **through** **the** **kidneys** **.**
出去 通过 这 肾脏 .

一部分废物随汗液通过皮肤排出，一部分通过肾脏排出。

[ɪn] [ðɪs] [wei] [ðə; ði] [ded]
In **this** **way** **the** **dead**
在 这 方式 这 死的

就这样，死者

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[**Pg** **18** **]**
[页 -]

[第18页]

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[**Pg** **19** **]**
[页 -]

[第19页]

['mætər] [ɪz] [kept] [frʌm; frəm] [kə'lektɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] ['bɑːdi] [ænd; ənd] ['klɑːgɪŋ] [ɪts] [pɑːrts] .
matter **is** **kept** **from** **collecting** **in** **the** **body** **and** **clogging** **its** **parts** **.**
事情 是 保留 从 收集 在 这 身体 和 堵塞 它是 部分 .

防止物质在体内积聚并堵塞身体各部位。

[haʊ] [ðə; ði] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] [ɑːr; ər] [meɪd] [tuː; tə] [wɜːrk] [tə'geðər] . — [ðə; ði] [mæs] [ʌv; əv] [red]
How **the** **Parts** **of** **the** **Body** **are** **made** **to** **work** **Together** **.** **—** **The** **mass** **of** **red**
如何 这 部分 的 这 身体 是 制成 到 工作 一起 . — 这 大量的 的 红色的
[fleʃ] ['kʌvərɪŋ] [ðə; ði] [boʊnz] [ɪz] [meɪd] [ʌp] [ʌv; əv] ['meni] ['piːsɪz] [kɔːld] ['mʌslz] .
flesh **covering** **the** **bones** **is** **made** **up** **of** **many** **pieces** **called** **muscles** **.**
肉 覆盖 这 骨头 是 制成 向上 的 许多 件 称为 肌肉 .

身体各部分如何协同工作——覆盖骨骼的红色肌肉是由许多称为肌肉的组织构成。

[wen'evər] [wiː; wi] [kætʃ] [ə; eɪ] [bɔːl] [ɔːr] [rʌn] [ɔːr] ['iːv(ə)n] [spiːk] ,

Whenever	**we**	**catch**	**a**	**ball**	**or**	**run**	**or**	**even**	**speak**	**,**
每当	我们	抓住	一个	球	或者	跑步	或者	甚至	说话	,

无论我们接球、跑步，甚至说话的时候，

[mɔːr] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] ['dʌz(ə)n] ['mʌslz] [mʌst; məst] [biː; bi] [meɪd] [tuː; tə] [ækt] [tə'geðər] [dʒʌst] [ɪn] [ðə; ði] [raɪt]

more	**than**	**a**	**dozen**	**muscles**	**must**	**be**	**made**	**to**	**act**	**together**	**just**	**in**	**the**	**right**
更多的	比	一个	打	肌肉	必须	是	制成	到	行为	一起	只是	在	这	正确的

[wei] .

way	**.**
方式	.

十几块肌肉必须以正确的方式协同工作。

[wen] [fuːd] [goʊz] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['stʌmək] ,

When	**food**	**goes**	**into**	**the**	**stomach**	**,**
什么时候	食物	去	进入	这	胃	,

食物进入胃部后，

['sʌmθɪŋ] [mʌst; məst] [tel] [ðə; ði] [dʒuːs] [tuː; tə] [floʊ] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [wɔːlz] [tuː; tə] [ækt] [ɑːn] [ðə; ði] [fuːd] .

something	**must**	**tell**	**the**	**juice**	**to**	**flow**	**out**	**of**	**the**	**walls**	**to**	**act**	**on**	**the**	**food**	**.**
某物	必须	告诉	这	汁	到	流动	出去	的	这	墙壁	到	行为	在	这	食物	.

必须有某种力量告诉汁液要从细胞壁流出，才能作用于食物。

[ðə; ði] [bɔːs] [ɔːr] ['mænɪdʒər] [ʌv; əv] [ɔːl] [ðə; ði] [wɜːrk] ['kærid] [ɑːn] [baɪ] [ðə; ði] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz] [ʌv; əv] [pɑːrts]

The	**boss**	**or**	**manager**	**of**	**all**	**the**	**work**	**carried**	**on**	**by**	**the**	**thousands**	**of**	**parts**
这	老板	或者	经理	的	全部	这	工作	携带	在	经过	这	数千	的	部分

[ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] [ɪz] [noʊn] [æz; əz] [ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] ['spaɪn(ə)l] [kɔːrd] [wɪð; wɪθ] [ðer; ðər] ['taɪni] [θredz]

of	**the**	**body**	**is**	**known**	**as**	**the**	**brain**	**and**	**spinal**	**cord**	**with**	**their**	**tiny**	**threads**
的	这	身体	是	已知	作为	这	脑	和	脊	绳索	和	他们的	微小的	线程

,

,

,

统领人体数千个器官运转的，是大脑和脊髓，以及它们之间细小的神经纤维。

[ðə; ði] [nəːvs] , ['spredɪŋ] ['evriwer] [θruː] [boʊnz] [ænd; ənd] ['mʌslz] .

the	**nerves**	**,**	**spreading**	**everywhere**	**through**	**bones**	**and**	**muscles**	**.**
这	神经	,	传播	到处	通过	骨头	和	肌肉	.

神经遍布全身，遍布骨骼和肌肉。

[ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] ['spaɪn(ə)l] [kɔːrd] [gɪv] [ðə; ði] ['ɔːrdərz] [ænd; ənd] [ðə; ði] [nəːvs] ['kæri] [ðem; ðəm] ([fɪg] .

The	**brain**	**and**	**spinal**	**cord**	**give**	**the**	**orders**	**and**	**the**	**nerves**	**carry**	**them**	**(**	**Fig**	**.**
这	脑	和	脊	绳索	给	这	订单	和	这	神经	携带	他们	(	如图	.

[faɪv]) .

5	**)**	**.**
5	)	.

大脑和脊髓发出指令，神经传递指令（图 5）。

[ðə; ði] ['sɜːrvənt] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] . — [ðə; ði] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] [ɑːr; ər] [mʌtʃ] [laɪk] [ðə; ði] ['sɜːrvənt]

The	**Servants**	**of**	**the**	**Body**	**.**	**—**	**The**	**parts**	**of**	**the**	**body**	**are**	**much**	**like**	**the**	**servants**
这	仆人	的	这	身体	.	—	这	部分	的	这	身体	是	很多	喜欢	这	仆人

[ɪn] [ə; eɪ] [lɑːrdʒ] [haʊs] [ɔːr] [ðə; ði] [klɑːks] [ɪn] [ə; eɪ] [stɔːr] .

in	**a**	**large**	**house**	**or**	**the**	**clerks**	**in**	**a**	**store**	**.**
在	一个	大的	房子	或者	这	职员	在	一个	店铺	.

身体的仆人——身体的各个部分就像大房子里的仆人或商店里的店员一样。

[wʌn] ['sɜːrvənt] [ɔːr] [klɜːrk] [dʌz] [wʌn] [kaɪnd] [ʌv; əv] [wɜːrk] [waɪl] [ə'nʌðər] [dʌz] ['sʌmθɪŋ] [ɪn'taɪərli]

One	**servant**	**or**	**clerk**	**does**	**one**	**kind**	**of**	**work**	**while**	**another**	**does**	**something**	**entirely**
一	仆人	或者	职员	做	一	种类	的	工作	尽管	其他	做	某物	完全

['dɪfrənt] .

different	**.**
不同的	.

一个仆人或职员做一种工作，而另一个则做完全不同的工作。

[iːtʃ] ['pɔːrʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] [dʌz] [ə; eɪ] ['dɪfrənt] [kaɪnd][ʌv; əv][wɜːrk] .

Each	portion	of	the	body	does	a	different	kind	of	work	.
每个	部分	的	这	身体	做	一个	不同的	种类	的	工作	.

身体的每个部位都承担着不同的功能。

[iːtʃ] [wʌn][ʌv; əv] [ðiːz] [pɑːrts] ['duːɪŋ] [ə; eɪ] [pər'tɪkjələr] [wɜːrk] [ɪz] [kɔːld] [æn; ən]['ɔːrgən] .

Each	one	of	these	parts	doing	a	particular	work	is	called	an	organ	.
每个	一	的	这些	部分	正在做	一个	特别的	工作	是	称为	一个	器官	.

这些部件中每个执行特定功能的都称为一个器官。

[ðə; ði] ['stʌmək] [ɪz][æn; ən]['ɔːrgən][tuː; tə] [prɪ'per] [fuːd] [ænd; ənd][ðə; ði] [hɑːrt] [ɪz][æn; ən]['ɔːrgən][fɔːr; fər]

The	stomach	is	an	organ	to	prepare	food	and	the	heart	is	an	organ	for
这	胃	是	一个	器官	到	准备	食物	和	这	心	是	一个	器官	为了

['sendɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] [θruː] [ðə; ði]['bɑːdi] .

sending	the	blood	through	the	body	.
发送	这	血	通过	这	身体	.

胃是准备食物的器官，心脏是将血液输送到全身的器官。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

[faɪv] — [ɑːn][ðə; ði] [left] [ɑːr; ər] [ʃoʊn] [ðə; ði] ['bræntʃɪŋ] [tjʊb] [wɪtʃ] ['kæri] [blʌd] [tuː; tə][ɔːl][pɑːrts][ʌv; əv]

5	—	On	the	left	are	shown	the	branching	tubes	which	carry	blood	to	all	parts	of
5	—	在	这	左边	是	所示	这	分枝	管子	哪个	携带	血	到	全部	部分	的

[ðə; ði]['bɑːdi] ;

the	body	;
这	身体	;

5 —左侧显示的是将血液输送到身体各个部位的分支管道；

[ɑːn][ðə; ði] [raɪt] [ɑːr; ər][ðə; ði][breɪn] , ['spaɪn(ə)l][kɔːrd] , [ænd; ənd] [nəːvs] [wɪtʃ] [də'rekt][ðə; ði][wɜːrk][ʌv; əv]

on	the	right	are	the	brain	,	spinal	cord	,	and	nerves	which	direct	the	work	of
在	这	正确的	是	这	脑	,	脊	绳索	,	和	神经	哪个	直接的	这	工作	的

[ðə; ði] ['ɔrgənz] .

the	organs	.
这	器官	.

右侧是大脑、脊髓和神经，它们指挥着各个器官的工作。

[ðə; ði][ɪn'taɪər]['bɑːdi][ɪz] [kəm'poʊzd] [ʌv; əv] ['sevrəl] ['hʌndrəd] ['ɔrgənz] .

The	entire	body	is	composed	of	several	hundred	organs	.
这	全部的	身体	是	由	的	一些	百	器官	.

人体由数百个器官组成。

[iːtʃ] [ʌv; əv][ðem; ðəm][ɪz] [fɔːrmd] [ʌv; əv] ['sevrəl] [kaɪndz][ʌv; əv] [mə'tɪriəlz] [neɪmd] ['tɪʃuː] .

Each	of	them	is	formed	of	several	kinds	of	materials	named	tissue	.
每个	的	他们	是	形成	的	一些	种类	的	材料	命名	组织	.

它们每一种都由几种被称为组织的物质构成。

[ə; eɪ] ['skɪn,laɪk] ['tɪʃuː] [meɪks] [ʌp]

A	skinlike	tissue	makes	up
一个	类皮肤	组织	制作	向上

由类似皮肤的组织构成

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	20	]
[	页	-	]

[第20页]

[ðə; ði] ['laɪnɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] , [waɪl] [ɪts] [ˌaʊt'saɪd] [ɪz] [meɪd] [ʌv; əv] ['mʌskjələr] ['tɪʃuː] .

the	lining	of	the	stomach	,	while	its	outside	is	made	of	muscular	tissue	.
这	衬垫	的	这	胃	,	尽管	它是	外部	是	制成	的	肌肉发达的	组织	.

胃的内壁由脂肪组织构成，而胃的外层则由肌肉组织构成。

[ðə; ði] [smɔːlɪst] [pɑːrts][ʌv; əv][ə; eɪ] ['tɪʃuː] [ɑːr; ər]['lɪt(ə)l] ['bɑːdɪz] [neɪmd] ['sɛlz] , [ænd; ənd] ['veri] [faɪn]

The	smallest	parts	of	a	tissue	are	little	bodies	named	cells	,	and	very	fine
这	最小	部分	的	一个	组织	是	小的	身体	命名	细胞	,	和	非常	美好的

[θredz] [kɔːld] ['faɪbɚz] .

threads	called	fibers	.
线程	称为	纤维	.

组织最小的组成部分是称为细胞的小物体和称为纤维的细丝。

[groʊθ] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] . — [ðə; ði]['bɑːdi] [grəuz] ['ræpɪdli] [ɪn] ['tʃaɪldhʊd] [ænd; ənd] [mɔːr] ['sloʊli] ['æftər]

Growth	of	the	Body	.	—	The	body	grows	rapidly	in	childhood	and	more	slowly	after
生长	的	这	身体	.	—	这	身体	生长	快速	在	童年	和	更多的	缓慢地	后

[ðə; ði] [ˌsɪksˈtiːnθ] [jɪr] ,

the	sixteenth	year	,
这	第十六	年	,

身体发育——儿童时期身体发育迅速，十六岁以后发育速度减缓。

[bʌt; bət][ˌaɪ ˈtiː] [kənˈtɪnjuːz] [tuː; tə][get]['lɑːrdʒər] [ʌnˈtɪl] [əˈbaʊt] [ðə; ði] ['twenti] - [fɪfθ] [jɪr] [ʌv; əv][eɪdʒ] .

but	it	continues	to	get	larger	until	about	the	twenty	-	fifth	year	of	age	.
但	它	继续	到	得到	更大的	直到	关于	这	二十	-	第五	年	的	年龄	.

但它会持续增大，直到大约25岁。

[sʌm; səm] ['tʃɪldrən] ['ɔːlweɪz] [groʊ] ['sloʊli] , [hæv; həv] [wiːk] [boʊnz] , [ænd; ənd] [freɪl] ['bɑːdɪz] .

Some	children	always	grow	slowly	,	have	weak	bones	,	and	frail	bodies	.
一些	孩子们	总是	生长	缓慢地	,	有	虚弱的	骨头	,	和	脆弱	身体	.

有些孩子总是生长缓慢，骨骼脆弱，身体虚弱。

[ðɪs] [ɪz]['dʒen(ə)rəli][soʊ][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [hæv; həv] [pʊr] [fuːd] [ɔːr][duː][nɑːt] [tʃuː] [ˌaɪ ˈtiː] [wel] ,

This	is	generally	so	because	they	have	poor	food	or	do	not	chew	it	well	,
这	是	一般来说	所以	因为	他们	有	贫穷的	食物	或者	做	不是	嚼	它	出色地	,

这通常是因为它们的食物质量差或者咀嚼不充分。

[ænd; ənd] [get] [tuː] ['lɪt(ə)l] [freʃ] [er] , ['sʌnʃaɪn] , [ænd; ənd] [sliːp] .

and	get	too	little	fresh	air	,	sunshine	,	and	sleep	.
和	得到	也	小的	新鲜的	空气	,	阳光	,	和	睡觉	.

而且缺乏新鲜空气、阳光和睡眠。

[ðə; ði][juːz][ʌv; əv] [bɪr] , [waɪn] , [ɔːr][təˈbækoʊ] [meɪ] ['hɪndər] [ðə; ði]['bɑːdi][frʌm; frəm]['juːzɪŋ] [fuːd] [fɔːr; fər]

The	use	of	beer	,	wine	,	or	tobacco	may	hinder	the	body	from	using	food	for
这	使用	的	啤酒	,	葡萄酒	,	或者	烟草	可能	阻碍	这	身体	从	使用	食物	为了

[groʊθ] ,

growth	,
生长	,

饮用啤酒、葡萄酒或吸烟可能会阻碍身体利用食物进行生长。

[ɔːr] [ðeɪ] [meɪ] ['pɔɪzn] [ðə; ði]['bɑːdi][soʊ] [ðæt] [ˌaɪ ˈtiː] [wɪl] ['nevər] [biː; bi][lɑːrdʒ][ænd; ənd] [strɔːŋ] .

or	they	may	poison	the	body	so	that	it	will	never	be	large	and	strong	.
或者	他们	可能	毒	这	身体	所以	那	它	将要	绝不	是	大的	和	强的	.

或者他们可能会毒害身体，使其永远无法变得强壮。

[ðə; ði]['bɑːdi] [ʃʊd; ʃəd] [groʊ] [əˈbaʊt][ə; eɪ] ['hʌndrəd] [paʊndz] [ɪn] [weɪt] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði][fɜːrst] [ˌθɜːrˈtiːn] ['jɪrz]

The	body	should	grow	about	a	hundred	pounds	in	weight	during	the	first	thirteen	years
这	身体	应该	生长	关于	一个	百	磅	在	重量	期间	这	第一的	十三	年

[ʌv; əv][laɪf] .

of	life	.
的	生活	.

在生命的前十三年里，身体的体重应该会增加大约一百磅。

['weðər]	['tʃɪldrən]	[groʊ]	['lɪt(ə)l]	[ɔːr]	[mʌtʃ]	['dʒen(ə)rəli]	[dɪ'pendz]	[ɑːn]	[ðə; ði]	[fuːd]	[ðeɪ]	[gɪv]	[ðer; ðər]
Whether	**children**	**grow**	**little**	**or**	**much**	**generally**	**depends**	**on**	**the**	**food**	**they**	**give**	**their**
无论	孩子们	生长	小的	或者	很多	一般来说	取决于	在	这	食物	他们	给	他们的

['bɑːdɪz]	.
bodies	**.**
身体	.

儿童的生长发育情况，一般取决于他们摄入的食物。

['præktɪk(ə)l]	QUESTIONS1	.
PRACTICAL	**QUESTIONS1**	**.**
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[pɔɪnt]	[aʊt]	[ænd; ənd]	[neɪm]	[fɔːr]	[pɑːrts]	[ʌv; əv]	[ðə; ði]	['bɑːdi]	.
Point	**out**	**and**	**name**	**four**	**parts**	**of**	**the**	**body**	**.**
观点	出去	和	姓名	四	部分	的	这	身体	.

指出并说出身体的四个部位。

[ˌtuː'tuː]	.	[neɪm]	[ðə; ði]	[tuː]	[pɑːrts]	[ʌv; əv]	[ðə; ði]	[trʌŋk]	.	[θriː]	.
2	**.**	**Name**	**the**	**two**	**parts**	**of**	**the**	**trunk**	**.**	**3**	**.**
2	.	姓名	这	二	部分	的	这	树干	.	3	.

2. 说出树干的两个部分。3.

[wʌt]	[dʌz]	[ðə; ði]	[tʃest]	[kən'teɪn]	?	[fɔːr]	.
What	**does**	**the**	**chest**	**contain**	**?**	**4**	**.**
什么	做	这	胸部	包含	?	4	.

箱子里装的是什么？4.

[wʌt]	[ɪz]	['mʌs(ə)l]	?	[faɪv]	.
What	**is**	**muscle**	**?**	**5**	**.**
什么	是	肌肉	?	5	.

什么是肌肉？5.

[haʊ]	[ɪz]	[ðə; ði]	['bɑːdi]	[fed]	?	[sɪks]	.
How	**is**	**the**	**body**	**fed**	**?**	**6**	**.**
如何	是	这	身体	美联储	?	6	.

身体如何获得营养？6.

[gɪv]	[θriː]	[pɑːrts]	['teɪkɪŋ]	[weɪst]	[aʊt]	[ʌv; əv]	[ðə; ði]	['bɑːdi]	.	['sɛvən]	.
Give	**three**	**parts**	**taking**	**waste**	**out**	**of**	**the**	**body**	**.**	**7**	**.**
给	三	部分	采取	浪费	出去	的	这	身体	.	7	.

列举人体排出废物的三个部分。7.

[ʌv; əv]	[wʌt]	[juːz]	[ɑːr; ər]	[ðə; ði]	[breɪn]	[ænd; ənd]	[nəːvs]	?	[eɪt]	.
Of	**what**	**use**	**are**	**the**	**brain**	**and**	**nerves**	**?**	**8**	**.**
的	什么	使用	是	这	脑	和	神经	?	8	.

大脑和神经有什么用？8.

[neɪm]	[tuː]	['ɔrgənz]	.	[naɪn]	.
Name	**two**	**organs**	**.**	**9**	**.**
姓名	二	器官	.	9	.

请列举两种器官。9.

[haʊ]	[lɔːŋ]	[dʌz]	[ðə; ði]	['bɑːdi]	[kən'tɪnjuː]	[tuː; tə]	[groʊ]	?	-	.
How	**long**	**does**	**the**	**body**	**continue**	**to**	**grow**	**?**	**10**	**.**
如何	长的	做	这	身体	继续	到	生长	?	-	.

身体会持续生长多久？10.

[waɪ]	[ɑːr; ər]	[sʌm; səm]	['tʃɪldrən]	[wiːk]	[ænd; ənd]	[ʌv; əv]	[sloʊ]	[groʊθ]	?
Why	**are**	**some**	**children**	**weak**	**and**	**of**	**slow**	**growth**	**?**
为什么	是	一些	孩子们	虚弱的	和	的	慢的	生长	?

为什么有些孩子体弱多病、生长发育迟缓?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 21]
[页 -]

[第21页]

['tʃæptər] [ˌaɪ'aɪ'aɪ]
CHAPTER III
章 三、

第三章

['fiːdɪŋ] [ðə; ði] ['bɑːdi]
FEEDING THE BODY
喂养 这 身体

身体的营养

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

[sɪks] — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv][ðə; ði] ['aʊtər] [ded] [skɪn] [pʊʃt] [ɔːf] [frʌm; frəm][ə; eɪ] [blæk] [sneɪk] ['krɔːlɪŋ]
6 — Photograph of the outer dead skin pushed off from a black snake crawling
6 — 照片 的 这 外 死的 皮肤 推动 离开 从 一个 黑色的 蛇 爬行
[θruː] [ðə; ði] [brʌʃ] .
through the brush .
通过 这 刷子 .

6 —一张黑蛇在灌木丛中爬行时脱落的外层死皮的照片。

[waɪ] [ðə; ði]['bɑːdi] [niːdz] [fuːd] . — ['evri] ['lɪvɪŋ] [θɪŋ] , ['weðər] [ə; eɪ][plænt][ɔːr][æn; ən]['ænɪm(ə)l] ,
Why the Body needs Food . — Every living thing , whether a plant or an animal ,
为什么 这 身体 需求 食物 . — 每一个 活的 事物 , 无论 一个 植物 或者 一个 动物 ,
[niːdz] [fuːd] .
needs food .
需求 食物 .

为什么身体需要食物？——所有生物，无论是植物还是动物，都需要食物。

[waɪl] [ðə; ði] [hoʊl] ['bɑːdi][laɪvz; lɪvz] , [ə; eɪ][pɑːrt][ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['kɑːnstəntli] ['daɪɪŋ] .
While the whole body lives , a part of it is constantly dying .
尽管 这 所有的 身体 生活 , 一个 部分 的 它 是 不断地 垂死 .

虽然整个身体都在活着，但身体的一部分却在不断死亡。

[ðə; ði][ɪn'taɪər] ['aʊtər] ['leɪər] [ʌv; əv][ə; eɪ] ['sneɪks] [skɪn] [daɪz] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] [taɪmz] ['dʊrɪŋ] [ə; eɪ] [jɪr]
The entire outer layer of a snake's skin dies three or four times during a year
这 全部的 外 层 的 一个 蛇的 皮肤 死亡 三 或者 四 时代 期间 一个 年
[ænd; ənd][ɪz][kæst][ɔːf] ,
and is cast off ,
和 是 投掷 离开 ,

蛇皮的外层一年内会死亡三到四次并脱落。

['sʌmtaɪmz] [ɪn][ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l] [piːs] .
sometimes in a single piece .
有时 在 一个 单身的 片 .

有时是一整块。

[wiː; wi][kæn; kən] [skreɪp] [ded] ['bɪts][ʌv; əv] [skɪn] [frʌm; frəm][ðə; ði] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr]['bɑːdi][æt; ət] ['eni]
We can scrape dead bits of skin from the surface of our body at any
我们 能 刮 死的 比特 的 皮肤 从 这 表面 的 我们的 身体 在 任何
[taɪm] .
time .
时间 .

我们可以随时刮掉身体表面的死皮。

['taɪni]['pɑːrtɪk(ə)lz][ɑːr; ər] ['daɪɪŋ] [ɪn][ɔːl] ['riːdʒənz][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] ,

Tiny	**particles**	**are**	**dying**	**in**	**all**	**regions**	**of**	**the**	**body**	**,**
微小的	颗粒	是	垂死	在	全部	地区	的	这	身体	,

微小颗粒在身体各个部位死亡。

[ænd; ənd][wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [suːn] [weɪst] [ə'weɪ] [ɪf] [fuːd] [wɜːr; wər][nɑːt]['teɪkən][tuː; tə] [meɪk] [ʌp][ðə; ði] [lɔːs]

and	**we**	**should**	**soon**	**waste**	**away**	**if**	**food**	**were**	**not**	**taken**	**to**	**make**	**up**	**the**	**loss**
和	我们	应该	很快	浪费	离开	如果	食物	是	不是	已采取	到	制作	向上	这	损失

[fɔːr; fər][ðə; ði][wɔːrn] - [aʊt][pɑːrts] .

for	**the**	**worn**	**-**	**out**	**parts**	**.**
为了	这	磨损	-	出去	部分	.

如果不补充食物来弥补损耗的部分，我们很快就会消瘦而死。

[ðə; ði]['bɑːdi]['ɔːlsoʊ] [niːdz] [fuːd] [tuː; tə] [help] [ˌaɪ 'tiː][duː][ɪts] [wɜːrk] [ænd; ənd] [kiːp] [wɔːrm] .

The	**body**	**also**	**needs**	**food**	**to**	**help**	**it**	**do**	**its**	**work**	**and**	**keep**	**warm**	**.**
这	身体	还	需求	食物	到	帮助	它	做	它是	工作	和	保持	温暖的	.

身体也需要食物来帮助它进行各项活动并保持体温。

[ðə; ði]['bɑːdi][hæz; həz][ðə; ði] [streɪndʒ] ['paʊər] [ʌv; əv]

The	**body**	**has**	**the**	**strange**	**power**	**of**
这	身体	有	这	奇怪的	力量	的

身体拥有奇异的力量

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**22**	**]**
[	页	-	]

[第22页]

['juːzɪŋ] [fuːd] ['iːtn] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [legz] [ænd; ənd][ɑːrmz] [muːv] [ænd; ənd][ðə; ði] [breɪn] [tuː; tə] [θɪŋk] .

using	**food**	**eaten**	**to**	**make**	**the**	**legs**	**and**	**arms**	**move**	**and**	**the**	**brain**	**to**	**think**	**.**
使用	食物	吃	到	制作	这	腿	和	武器	移动	和	这	脑	到	思考	.

利用摄入的食物来驱动四肢运动和大脑思考。

[ɪn] ['duːɪŋ] [ðɪs] [ðə; ði]['bɑːdi][ɪz] [sed] [tuː; tə][bɜːrn][ðə; ði] [fuːd] .

In	**doing**	**this**	**the**	**body**	**is**	**said**	**to**	**burn**	**the**	**food**	**.**
在	正在做	这	这	身体	是	说	到	烧伤	这	食物	.

据说，身体通过这种方式燃烧食物。

[haʊ] [ðə; ði]['bɑːdi] [bɜːrn] [ɪt'self][ænd; ənd]['ɔːlsoʊ] [fuːd] . — [ɪf] [ə; eɪ] [bɔɪ] [ɪz] [weid] [dʒʌst] [bɪ'fɔːr]

How	**the**	**Body**	**burns**	**itself**	**and**	**also**	**Food**	**.**	**—**	**If**	**a**	**boy**	**is**	**weighed**	**just**	**before**
如何	这	身体	烧伤	本身	和	还	食物	.	—	如果	一个	男生	是	称重	只是	前

['pleɪɪŋ] [ə; eɪ] [geɪm] [ʌv; əv] [bɔːl] [ænd; ənd] [ə'gen] ['æftərwərd] ,

playing	**a**	**game**	**of**	**ball**	**and**	**again**	**afterward**	**,**
玩耍	一个	游戏	的	球	和	再次	之后	,

身体如何燃烧自身和食物——如果一个男孩在玩球之前称重，玩完之后再称重一次，

[hiː; hi] [wɪl] [faɪnd] [ðæt] [pɑːrt][ʌv; əv][hɪz; ɪz]['bɑːdi][hæz; həz] [bɪn] [juːst] [ʌp][ænd; ənd]['gɪv(ə)n][ɔːf][ɪn][ðə; ði]

he	**will**	**find**	**that**	**part**	**of**	**his**	**body**	**has**	**been**	**used**	**up**	**and**	**given**	**off**	**in**	**the**
他	将要	寻找	那	部分	的	他的	身体	有	到过	用过的	向上	和	给定	离开	在	这

[breθ] [ænd; ənd] [swet] .

breath	**and**	**sweat**	**.**
气息	和	汗	.

他会发现他身体的一部分已经被消耗殆尽，并通过呼吸和汗水排出体外。

[hiː; hi][hæz; həz] [bəːnd] [pɑːrt][ʌv; əv][hɪz; ɪz]['bɑːdi] ,

He	**has**	**burned**	**part**	**of**	**his**	**body**	**,**
他	有	烧伤	部分	的	他的	身体	,

他身体的一部分被烧伤了。

[ænd; ənd][ðə; ði] [breθ] [ænd; ənd] [swet] [ɑːr; ər] [laɪk] [ðə; ði] [smoʊk] ['gɪv(ə)n] [ɔːf] [wen] [ə; eɪ] [mætʃ] [ɪz]

and	the	breath	and	sweat	are	like	the	smoke	given	off	when	a	match	is
和	这	气息	和	汗	是	喜欢	这	抽烟	给定	离开	什么时候	一个	匹配	是

[bəːnd] .

burned	.
烧伤	.

呼吸和汗水就像火柴燃烧时产生的烟雾。

[wʌn] [fɪfθ] [ʌv; əv][ðə; ði] [er] [ɪz] [meɪd] [ʌv; əv][ə; eɪ][gæs] [kɔːld] ['ɑːksɪdʒən] .

One	fifth	of	the	air	is	made	of	a	gas	called	oxygen	.
一	第五	的	这	空气	是	制成	的	一个	气体	称为	氧	.

空气中五分之一是由一种叫做氧气的气体组成的。

[wen] ['eniθɪŋ] [bɪ'kʌmz] ['veri] [hɑːt] , [ðɪs] ['ɑːksɪdʒən] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː][bɜːrst]['ɪntuː][ə; eɪ] [fleɪm] [ænd; ənd]

When	anything	becomes	very	hot	,	this	oxygen	makes	it	burst	into	a	flame	and
什么时候	任何事物	变成	非常	热的	,	这	氧	制作	它	爆裂	进入	一个	火焰	和

[bɜːrn] .

burn	.
烧伤	.

当物体温度很高时，氧气会使其燃烧并产生火焰。

[wiː; wi] [briːð] [ɪn]['ɑːksɪdʒən][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [er] [ænd; ənd][ðə; ði] ['lɪvɪŋ] ['ækʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] ['kɔːzɪz]

We	breathe	in	oxygen	with	the	air	and	the	living	action	of	the	body	causes
我们	呼吸	在	氧	和	这	空气	和	这	活的	行动	的	这	身体	原因

[sʌtʃ] [ə; eɪ] [sloʊ] ['juːniən][ʌv; əv][ðə; ði]['ɑːksɪdʒən][ænd; ənd][ðə; ði]['tɪsjuːz, 'tɪʃuːz] [ðæt] [ðer; ðər][ɪz][noʊ] [bleɪz]

such	a	slow	union	of	the	oxygen	and	the	tissues	that	there	is	no	blaze
这样的	一个	慢的	联盟	的	这	氧	和	这	组织	那	那里	是	不	火焰

[ɔːl'ðoʊ] [ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [hiːt] .

although	there	is	a	little	heat	.
虽然	那里	是	一个	小的	热	.

我们吸入空气中的氧气，身体的生命活动导致氧气与组织结合得非常缓慢，因此虽然会产生一些热量，但不会产生灼烧感。

[kaɪndz][ʌv; əv] [fuːd] . — [ðer; ðər][ɑːr; ər] [fɔːr] ['dʒen(ə)rəl] ['klæsɪz] [ʌv; əv] [fuːdz] .

Kinds	of	Food	.	—	There	are	four	general	classes	of	foods	.
种类	的	食物	.	—	那里	是	四	一般的	课程	的	食物	.

食物种类——食物大致分为四类。

[ðiːz] [ɑːr; ər][ðə; ði] ['bɪldɪŋ] [fuːdz] , [ðə; ði] ['ʃʊgɝz] [ænd; ənd] [stɑːtʃiz] , [ðə; ði][fæts] , [ænd; ənd][ðə; ði]

These	are	the	building	foods	,	the	sugars	and	starches	,	the	fats	,	and	the
这些	是	这	建筑	食物	,	这	糖	和	淀粉	,	这	脂肪	,	和	这

['mɪnərəl] [fuːdz] .

mineral	foods	.
矿物	食物	.

这些是构成身体的食物，包括糖类和淀粉类食物、脂肪类食物以及矿物质类食物。

[ðə; ði] ['bɪldɪŋ] [fuːdz] [ɑːr; ər] [ðoʊz] [wɪtʃ] [help] ['lɑːrdʒli] [ɪn] ['fɔːmiŋ] [nuː] ['mʌs(ə)l] [ænd; ənd] [blʌd] [ɔːr]

The	building	foods	are	those	which	help	largely	in	forming	new	muscle	and	blood	or
这	建筑	食物	是	那些	哪个	帮助	很大程度上	在	成型	新的	肌肉	和	血	或者

['ʌðər] [pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

other	parts	of	the	body	.
其他	部分	的	这	身体	.

构成身体的食物是指那些主要有助于形成新的肌肉、血液或其他身体部位的食物。

['proʊtɪɪd] [ɪz] [ə'nʌðər] [neɪm] [fɔːr; fər] ['bɪldɪŋ] [fuːdz] .

Proteids	is	another	name	for	building	foods	.
蛋白质	是	其他	姓名	为了	建筑	食物	.

蛋白质是构成食物的另一种说法。

['ʃʊgɝz] [ænd; ənd] [stɑːtʃiz] [ɑːr; ər] [pleɪst] [ɪn][wʌn] [gruːp] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [stɑːrtʃ] ['tʃeɪndʒɪz] [tuː; tə] ['ʃʊgər]
Sugars and starches are placed in one group because starch changes to sugar
糖 和 淀粉 是 放置 在 一 团体 因为 淀粉 变化 到 糖
[wɪ'ðɪn] [ðə; ði]['bɑːdi] .
within the body .
之内 这 身体 .

糖类和淀粉被归为一类，因为淀粉在体内会转化为糖。

[ɪf] [juː; jʊ] [tʃuː] [ə; eɪ] ['stɑːrtʃi] [fuːd] [laɪk] [bred] [fɔːr; fər][ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] ,
If you chew a starchy food like bread for a few minutes ,
如果 你 嚼 一个 淀粉 食物 喜欢 面包 为了 一个 很少 分钟 ,

如果你咀嚼像面包这样的淀粉类食物几分钟，

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [bɪ'gɪn] [tuː; tə] [teɪst] [swiːt] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðə; ði] [stɑːrtʃ] [ɪz] [bɪ'kʌmɪŋ] ['ʃʊgər] .
it will begin to taste sweet because the starch is becoming sugar .
它 将要 开始 到 品尝 甜的 因为 这 淀粉 是 成为 糖 .

因为淀粉正在转化为糖，所以它会开始尝起来是甜的。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 23]
[页 -]

[第23页]

[fæts][ɑːr; ər][gɑːt][nɑːt]['oʊnli][frʌm; frəm][fæt] [miːt] [bʌt; bət]['ɔːlsoʊ][frʌm; frəm] [egz] , ['bʌtər] , [mɪlk] ,
Fats are got not only from fat meat but also from eggs , butter , milk ,
脂肪 是 得到 不是 仅有的 从 胖的 肉 但 还 从 鸡蛋 , 黄油 , 牛奶 ,

脂肪不仅来源于肥肉，还来源于鸡蛋、黄油、牛奶等。

[ænd; ənd] ['meni] ['ʌðər] [fuːdz] .
and many other foods .
和 许多 其他 食物 .

以及其他许多食物。

[ðer; ðər][ɪz][sʌm; səm] ['mɪnərəl] ['mætər] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['pɑːtæʃ] [ænd; ənd]['soʊdə] ,
There is some mineral matter , such as potash and soda ,
那里 是 一些 矿物 事情 , 这样的 作为 钾肥 和 苏打 ,

含有一些矿物质，例如钾碱和纯碱。

[ɪn] ['meni] [ʌv; əv][ðə; ði] ['vedʒtəb(ə)lz] [ænd; ənd] [miːts] ['iːtn] ,
in many of the vegetables and meats eaten ,
在 许多 的 这 蔬菜 和 肉类 吃 ,

在许多食用的蔬菜和肉类中，

[ænd; ənd][wiː; wi][juːz] [mʌtʃ] ['teɪbl] [sɔːlt][tuː; tə]['siːz(ə)n] ['ʌðər] [fuːdz] .
and we use much table salt to season other foods .
和 我们 使用 很多 桌子 盐 到 季节 其他 食物 .

我们还经常使用食盐来给其他食物调味。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

['sɛvən] — [gʊd] [fuːdz] [fɔːr; fər] ['bɪldɪŋ] ['mʌslz] , [blʌd] , [ænd; ənd] [boʊn] .
7 — Good foods for building muscles , blood , and bone .
7 — 好的 食物 为了 建筑 肌肉 , 血 , 和 骨 .

7 —有益于肌肉、血液和骨骼发育的食物。

['bɑːdi] - ['bɪldɪŋ] [fuːdz] . — [ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n][wɪð; wɪθ][ɔːl][ðə; ði] ['ʃʊgər] , [mə'læsɪz] , [stɑːrtʃ] , ['bʌtər] ,
Body - building Foods . — A person with all the sugar , molasses , starch , butter ,
身体 - 建筑 食物 . — 一个 人 和 全部 这 糖 , 糖蜜 , 淀粉 , 黄油 ,

健美食品——摄入大量糖、糖蜜、淀粉、黄油的人，

[ænd; ənd][lɑːrd][hiː; hi][kʊd; kəd] [iːt] [wʊd] [stɑːrv] [tuː; tə] [deθ] [ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [wiːks] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [nʌn]

and	lard	he	could	eat	would	starve	to	death	in	a	few	weeks	because	none
和	猪油	他	可以	吃	会	饿死	到	死亡	在	一个	很少	周	因为	没有任何

[ʌv; əv] [ðiːz] [fuːdz] [wʊd] [help] [tuː; tə] [bɪld] [ʌp] [ðə; ði] ['daɪɪŋ] [pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

of	these	foods	would	help	to	build	up	the	dying	parts	of	the	body	.
的	这些	食物	会	帮助	到	建造	向上	这	垂死	部分	的	这	身体	.

即使他吃猪油，也会在几周内饿死，因为这些食物都无法帮助修复身体垂死的部位。

[ə; eɪ][lɑːrdʒ] [ə'maʊnt] [ʌv; əv]['bɑːdi] ['bɪldər] [ɪz] [faʊnd] [ɪn] [liːn] [miːt] , [egz] , [mɪlk] , ['piːz] , [biːnz] ,

A	large	amount	of	body	builder	is	found	in	lean	meat	,	eggs	,	milk	,	peas	,	beans	,
一个	大的	数量	的	身体	建筑商	是	成立	在	倾斜	肉	,	鸡蛋	,	牛奶	,	豌豆	,	豆子	,

瘦肉、鸡蛋、牛奶、豌豆、豆类中含有大量的健美运动员所需的营养物质。

[kɔːrn] [miːl] , [ænd; ənd] [bred] .

corn	meal	,	and	bread	.
玉米	一顿饭	,	和	面包	.

玉米粉和面包。

[bred] [ænd; ənd] [mɪlk] [ɪz][ə; eɪ] [gʊd] [fuːd] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði]['bɑːdi] [groʊ] .

Bread	and	milk	is	a	good	food	to	make	the	body	grow	.
面包	和	牛奶	是	一个	好的	食物	到	制作	这	身体	生长	.

面包和牛奶是促进身体生长的良好食物。

[ɪf] [ðə; ði]['bɑːdi] [teɪks] [ɪn] [mɔːr] ['bɪldɪŋ] [fuːd] [ðæn; ðən][ˌaɪ 'tiː] [niːdz] [fɔːr; fər] [rɪ'per] ,

If	the	body	takes	in	more	building	food	than	it	needs	for	repairs	,
如果	这	身体	需要	在	更多的	建筑	食物	比	它	需求	为了	维修	,

如果身体摄入的用于构建结构的营养物质超过了修复所需的营养物质，

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [stɔːr] [ˌaɪ 'tiː][ʌp][ɪn][ðə; ði][fɔːrm][ʌv; əv][fæt][ɔːr][bɜːrn][ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][help][ðə; ði]['bɑːdi][duː][ɪts]

it	may	store	it	up	in	the	form	of	fat	or	burn	it	to	help	the	body	do	its
它	可能	店铺	它	向上	在	这	形式	的	胖的	或者	烧伤	它	到	帮助	这	身体	做	它是

[wɜːrk] .

work	.
工作	.

它可能以脂肪的形式储存起来，或者燃烧掉以帮助身体完成各项工作。

[ðə; ði]['fjuːəl] [fuːdz] . — [ðə; ði]['fjuːəl] [fuːdz] [ɑːr; ər][ðə; ði] ['ʃʊgɝz] ,

The	Fuel	Foods	.	—	The	fuel	foods	are	the	sugars	,
这	燃料	食物	.	—	这	燃料	食物	是	这	糖	,

能量食物——能量食物指的是糖类，

[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	24	]
[	页	-	]

[第24页]

[stɑːtʃiz] , [ænd; ənd][fæts] .

starches	,	and	fats	.
淀粉	,	和	脂肪	.

淀粉和脂肪。

[ðiːz] [ɑːr; ər][ðə; ði] [fuːdz] [wɪtʃ] [ðə; ði]['bɑːdi][kæn; kən] ['iːzəli] [bɜːrn][tuː; tə] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː][wɔːrm][ænd; ənd]

These	are	the	foods	which	the	body	can	easily	burn	to	keep	it	warm	and
这些	是	这	食物	哪个	这	身体	能	容易地	烧伤	到	保持	它	温暖的	和

[gɪv] [ˌaɪ 'tiː] ['paʊər] [tuː; tə][ækt] .

give	it	power	to	act	.
给	它	力量	到	行为	.

这些食物很容易被身体燃烧，从而保持体温并赋予身体活动能力。

['kændi] , [mə'læsɪz] , [ɔːr] ['ʃʊgər] [ɪn] ['eni] [fɔːrm] , ['teɪkən][ɪn] [smɔːl] ['kwɑːntətiz] , [ɪz][ə; eɪ] [gʊd] [fuːd] .

Candy	,	molasses	,	or	sugar	in	any	form	,	taken	in	small	quantities	,	is	a	good	food	.
糖果	,	糖蜜	,	或者	糖	在	任何	形式	,	已采取	在	小的	数量	,	是	一个	好的	食物	.

糖果、糖蜜或任何形式的糖，少量食用都是有益的食物。

[stɑːrtʃ] , [wɪtʃ] [ðə; ði]['bɑːdi] ['kwɪkli] ['tʃeɪndʒɪz] [tuː; tə] ['ʃʊgər] , [ɪz][ə; eɪ] [mʌtʃ] ['tʃiːpər] [fuːd] .

Starch	**,**	**which**	**the**	**body**	**quickly**	**changes**	**to**	**sugar**	**,**	**is**	**a**	**much**	**cheaper**	**food**	**.**
淀粉	,	哪个	这	身体	迅速地	变化	到	糖	,	是	一个	很多	更便宜	食物	.

淀粉在体内能迅速转化为糖，是一种价格低廉得多的食物。

[miːts] [kən'teɪn] ['veri] ['lɪt(ə)l] [stɑːrtʃ] , [bʌt; bət] ['nɪrli] [ɔːl] ['vedʒtəb(ə)lz] [kən'teɪn] [mʌtʃ] [stɑːrtʃ] .

Meats	**contain**	**very**	**little**	**starch**	**,**	**but**	**nearly**	**all**	**vegetables**	**contain**	**much**	**starch**	**.**
肉类	包含	非常	小的	淀粉	,	但	几乎	全部	蔬菜	包含	很多	淀粉	.

肉类淀粉含量极低，但几乎所有蔬菜都含有大量淀粉。

[θriː] [fɔːθs] [ʌv; əv][kɔːrn] [miːl] , [raɪs] , [wiːt] ['flaʊər] , [ænd; ənd]['soʊdə] ['krækərz] [kən'sɪsts] [ʌv; əv]

Three	**fourths**	**of**	**corn**	**meal**	**,**	**rice**	**,**	**wheat**	**flour**	**,**	**and**	**soda**	**crackers**	**consists**	**of**
三	第四部分	的	玉米	一顿饭	,	米	,	小麦	面粉	,	和	苏打	饼干	由	的

[stɑːrtʃ] .

starch	**.**
淀粉	.

玉米粉、大米、小麦粉和苏打饼干中，四分之三是由淀粉组成的。

[mɔːr] [ðæn; ðən][wʌn] [hæf][ʌv; əv] [waɪt] [bred] , [draɪd] [biːnz] , [ænd; ənd] ['piːz] [ɪz] [meɪd] [ʌv; əv] [pjʊr]

More	**than**	**one**	**half**	**of**	**white**	**bread**	**,**	**dried**	**beans**	**,**	**and**	**peas**	**is**	**made**	**of**	**pure**
更多的	比	一	一半	的	白色的	面包	,	干燥	豆子	,	和	豌豆	是	制成	的	纯的

[stɑːrtʃ] ,

starch	**,**
淀粉	,

白面包、干豆和豌豆中超过一半是由纯淀粉制成的。

[ænd; ənd][ðer; ðər][ɪz] [mʌtʃ] [stɑːrtʃ] [ɪn] [pə'tetoz] .

and	**there**	**is**	**much**	**starch**	**in**	**potatoes**	**.**
和	那里	是	很多	淀粉	在	土豆	.

土豆中含有大量的淀粉。

[fæt][ɪz] [mɔːr] [ə'bʌndənt] [ɪn]['ænɪm(ə)l][ðæn; ðən][ɪn]['vedʒtəb(ə)l] [fuːd] .

Fat	**is**	**more**	**abundant**	**in**	**animal**	**than**	**in**	**vegetable**	**food**	**.**
胖的	是	更多的	丰富	在	动物	比	在	蔬菜	食物	.

动物性食物中的脂肪含量比植物性食物中更高。

['kæstər] [ɔɪl] [ænd; ənd]['kɑːt(ə)n] - [siːd] [ɔɪl] [ɑːr; ər][fæts][frʌm; frəm] ['vedʒtəb(ə)lz] .

Castor	**oil**	**and**	**cotton**	**-**	**seed**	**oil**	**are**	**fats**	**from**	**vegetables**	**.**
卡斯托尔	油	和	棉布	-	种子	油	是	脂肪	从	蔬菜	.

蓖麻油和棉籽油都是植物油脂。

[ðə; ði][fæt][ʌv; əv][ðə; ði] [kaʊ] [ɪz] [kɔːld] ['suːɪt][ɔːr] ['tæloʊ] ,

The	**fat**	**of**	**the**	**cow**	**is**	**called**	**suet**	**or**	**tallow**	**,**
这	胖的	的	这	奶牛	是	称为	羊脂	或者	脂	,

牛的脂肪被称为牛油或牛脂，

[waɪl] [ðə; ði][fæt][ʌv; əv][ðə; ði][hɔːg][ɪz] [noʊn] [æz; əz][lɑːrd] .

while	**the**	**fat**	**of**	**the**	**hog**	**is**	**known**	**as**	**lard**	**.**
尽管	这	胖的	的	这	猪	是	已知	作为	猪油	.

而猪的脂肪则被称为猪油。

['bʌtər] [ɪz][ðə; ði][fæt] [kə'lektɪd] [frʌm; frəm] [mɪlk] .

Butter	**is**	**the**	**fat**	**collected**	**from**	**milk**	**.**
黄油	是	这	胖的	集	从	牛奶	.

黄油是从牛奶中提取的脂肪。

[kriːm] [ænd; ənd] [egz] [kən'teɪn] [mʌtʃ] [fæt] .

Cream	**and**	**eggs**	**contain**	**much**	**fat**	**.**
奶油	和	鸡蛋	包含	很多	胖的	.

奶油和鸡蛋都含有大量脂肪。

[wen] ['pɜ:sənz] [i:t] [tu:] [mʌtʃ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['ʃʊgɜ:z] , [stɑ:tʃiz] , [ɔ:r][fæts] ,

When	persons	eat	too	much	of	the	sugars	,	starches	,	or	fats	,
什么时候	人	吃	也	很多	的	这	糖	,	淀粉	,	或者	脂肪	,

当人们摄入过多的糖、淀粉或脂肪时，

[ðə; ði]['bɑ:di] [meɪ] [stɔ:r] [ðem; ðəm][ʌp][æz; əz][fæt] .

the	body	may	store	them	up	as	fat	.
这	身体	可能	店铺	他们	向上	作为	胖的	.

身体可能会将它们以脂肪的形式储存起来。

[fɔ:r; fər] [ðɪs] ['ri:z(ə)n] [θɪn] ['pɜ:sənz] ['wɪʃɪŋ] [tu:; tə][geɪn][ɪn] [fleʃ] [i:t] [egz] , [nʌts] , [ænd; ənd] [rɪtʃ]

For	this	reason	thin	persons	wishing	to	gain	in	flesh	eat	eggs	,	nuts	,	and	rich
为了	这	原因	薄的	人	祝	到	获得	在	肉	吃	鸡蛋	,	坚果	,	和	富有的

[mɪlk] .

milk	.
牛奶	.

因此，体型偏瘦的人如果想增重，就会吃鸡蛋、坚果和高脂牛奶。

[ðə; ði] ['mɪnərəl] [fu:dz] . — [ðə; ði]['bɑ:di][mʌst; məst][hæv; həv][nɑ:t]['oʊnli][laɪm][tu:; tə][help][fɔ:rm][ðə; ði]

The	Mineral	Foods	.	—	The	body	must	have	not	only	lime	to	help	form	the
这	矿物	食物	.	—	这	身体	必须	有	不是	仅有的	酸橙	到	帮助	形式	这

[boʊnz] , [bʌt; bət]['aɪərn] ,

bones	,	but	iron	,
骨头	,	但	铁	,

矿物质食物——人体不仅需要石灰来帮助形成骨骼，还需要铁。

[sɔ:lt] , ['soʊdə] , [ænd; ənd] ['pɑ:tæʃ] [fɔ:r; fər] ['ʌðər] [pɑ:rts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di] .

salt	,	soda	,	and	potash	for	other	parts	of	the	body	.
盐	,	苏打	,	和	钾肥	为了	其他	部分	的	这	身体	.

盐、苏打和钾碱用于身体其他部位。

[ɔ:l] [ði:z] ['mɪnɜ:əlz, 'mɪnrəlz] [ɪk'sept] [sɔ:lt][ɑ:r; ər] [faʊnd] [ɪn] ['meni] [ʌv; əv][ðə; ði] ['kɑ:mən] [fu:dz] .

All	these	minerals	except	salt	are	found	in	many	of	the	common	foods	.
全部	这些	矿物	除了	盐	是	成立	在	许多	的	这	常见的	食物	.

除了盐以外，这些矿物质都存在于许多常见食物中。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

[eɪt] — [gʊd] [fu:dz] [fɔ:r; fər] ['gɪvɪŋ] [ðə; ði]['bɑ:di] ['paʊər] [ænd; ənd] [hi:t] .

8	—	Good	foods	for	giving	the	body	power	and	heat	.
8	—	好的	食物	为了	给予	这	身体	力量	和	热	.

8 —能为身体提供力量和热量的优质食物。

['wɔ:tər][ɪz][wʌn][ʌv; əv][ðə; ði][moʊst][ɪm'pɔ:rt(ə)nt][ʌv; əv][ðə; ði] ['mɪnərəl] [fu:dz] [bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ˌaɪ 'ti:] ['hɛlps] [ðə; ði]

Water	is	one	of	the	most	important	of	the	mineral	foods	because	it	helps	the
水	是	一	的	这	最多	重要的	的	这	矿物	食物	因为	它	帮助	这

['bɑ:di][ju:z][ɔ:l][ðə; ði] ['ʌðər] [fu:dz] .

body	use	all	the	other	foods	.
身体	使用	全部	这	其他	食物	.

水是最重要的矿物质食物之一，因为它有助于身体利用所有其他食物。

[moʊst] ['pi:p(ə)l] [drɪŋk] [tu:] ['lɪt(ə)l] ['wɔ:tər][tu:; tə][ɪn'dʒɔɪ]

Most	people	drink	too	little	water	to	enjoy
最多	人们	喝	也	小的	水	到	享受

大多数人喝水太少，无法享受到水的乐趣。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	25	]
[	页	-	]

[ðə; ði] [best] [helθ] .

the	best	health	.
这	最好的	健康	.

最佳健康状态。

[ðə; ði] ['bɑ:di] [ni:dz] [mɔ:r] [ðæn; ðən] [tu:] [kwɔ:ts] [ʌv; əv] ['wɔ:tər] ['evri] [deɪ] .

The	body	needs	more	than	two	quarts	of	water	every	day	.
这	身体	需求	更多的	比	二	夸脱	的	水	每一个	天	.

人体每天需要的水量超过两夸脱。

[ðer; ðər] [ɪz] [mʌtʃ] ['wɔ:tər] [ɪn] ['aʊər; ɑ:r] [fu:dz] .

There	is	much	water	in	our	foods	.
那里	是	很多	水	在	我们的	食物	.

我们的食物中含有大量的水分。

[mɔ:r] [ðæn; ðən] [wʌn] [hæf] [ʌv; əv] [egz] , [mi:t] , [ænd; ənd] [pə'tetoz] [ɪz] [meɪd] [ʌv; əv] ['wɔ:tər] ,

More	than	one	half	of	eggs	,	meat	,	and	potatoes	is	made	of	water	,
更多的	比	一	一半	的	鸡蛋	,	肉	,	和	土豆	是	制成	的	水	,

鸡蛋、肉类和土豆中超过一半的成分是水。

[ænd; ənd] [mɔ:r] [ðæn; ðən] [θri:] [fɔ:θs] [ʌv; əv] [tə'meɪtoʊz] , [gri:n] [kɔ:rn] , ['ʌnjənz] , ['kæbɪdʒ] ,

and	more	than	three	fourths	of	tomatoes	,	green	corn	,	onions	,	cabbage	,
和	更多的	比	三	第四部分	的	西红柿	,	绿色的	玉米	,	洋葱	,	卷心菜	,

以及超过四分之三的西红柿、青玉米、洋葱、卷心菜，

[ænd; ənd] [strɪŋ] [bi:nz] [ɪz] [kəm'poʊzd] [ʌv; əv] ['wɔ:tər] .

and	string	beans	is	composed	of	water	.
和	细绳	豆子	是	由	的	水	.

四季豆主要成分是水。

[wi:; wi] [ʃʊd; ʃəd] [drɪŋk] [wʌn] [kwɔ:rt] [ɔ:r] [mɔ:r] [ʌv; əv] ['wɔ:tər] ['deɪli] .

We	should	drink	one	quart	or	more	of	water	daily	.
我们	应该	喝	一	夸脱	或者	更多的	的	水	日常的	.

我们每天应该喝至少一夸脱的水。

[ˌaɪ 'ti:] [ʃʊd; ʃəd] [nɑ:t] [bi:; bi] [ju:st] [aɪs] [koʊld] , [ænd; ənd] ['veri] ['lɪt(ə)l] [ʃʊd; ʃəd] [bi:; bi] ['teɪkən] [æt; ət] [mi:l] [taɪm] .

It	should	not	be	used	ice	cold	,	and	very	little	should	be	taken	at	meal	time	.
它	应该	不是	是	用过的	冰	寒冷的	,	和	非常	小的	应该	是	已采取	在	一顿饭	时间	.

它不宜冰镇后服用，用餐时也应少量服用。

[fɪg] . [naɪn] — ['daɪəgræm] ['ʃoʊɪŋ] [haʊ] [ðə; ði] ['dreɪnɪdʒ] [frʌm; frəm] [ə; eɪ] [haʊs] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [sɪk]

Fig	.	9	—	Diagram	showing	how	the	drainage	from	a	house	with	a	sick
如图	.	9	—	图表	显示	如何	这	引流	从	一个	房子	和	一个	生病的

['pɜ:rs(ə)n] [kɔ:zd] [wʌn] ['hʌndrəd] [ænd; ənd] ['twenti] ['keɪsɪz] [ʌv; əv] ['taɪfɔɪd] ['fi:vər] [æt; ət] [maʊnt] ['sævɪdʒ] ,

person	caused	one	hundred	and	twenty	cases	of	typhoid	fever	at	Mount	Savage	,
人	导致	一	百	和	二十	案例	的	伤寒	发烧	在	山	野蛮的	,

图 9 —示意图显示了萨维奇山一处住有病人的房屋的排水情况如何导致 120 例伤寒病例，

['meriləndˌ] .

Maryland	.
马里兰州	.

马里兰州。

['wɔ:tər] [ænd; ənd] [helθ] . — [wʌn] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['kɑ:mən] ['kɔ:zɪz] [ʌv; əv] ['sɪknəs] [ɪz] [bæd] ['wɔ:tər] .

Water	and	Health	.	—	One	of	the	common	causes	of	sickness	is	bad	water	.
水	和	健康	.	—	一	的	这	常见的	原因	的	疾病	是	坏的	水	.

水与健康——导致疾病的常见原因之一是水质恶劣。

['wɔ:tər] [frʌm; frəm] ['ʃæloʊ] [welz] [wɪ'ðɪn] [ə; eɪ] ['hʌndrəd] [fi:t] [ʌv; əv] ['bɑ:rnjɑ:rd] , ['pigpenz] ,

Water	from	shallow	wells	within	a	hundred	feet	of	barnyards	,	pigpens	,
水	从	浅的	水井	之内	一个	百	脚	的	畜栏	,	猪圈	,

畜栏、猪圈百英尺范围内的浅井水

[ɔ:r] ['ʌðər] ['authaus] [ɪz]['ju:ʒuəli; 'ju:ʒəli] [ʌn'seɪf] [tu:; tə] [drɪŋk] .

or	other	outhouses	is	usually	unsafe	to	drink	.
或者	其他	户外厕所	是	通常	不安全	到	喝	.

或其他室外厕所的水通常不宜饮用。

[æt; ət] ['nu:pɔ:rt] , ['roʊd] ['aɪlənd] ,

At	Newport	,	Rhode	Island	,
在	纽波特	,	罗德岛	岛	,

在罗德岛州纽波特，

[mɔ:r] [ðæn; ðən] ['eɪti] ['pɝ:sənz] [wɜ:r; wər] [meɪd] [sɪk] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['fi:vər] [baɪ] ['drɪŋkɪŋ] [ðə; ði]['wɔ:tər]

more	than	eighty	persons	were	made	sick	with	the	fever	by	drinking	the	water
更多的	比	八十	人	是	制成	生病的	和	这	发烧	经过	喝	这	水

[frʌm; frəm][ə; eɪ] [wel] ['oʊnli][ten] [fi:t] [di:p] .

from	a	well	only	ten	feet	deep	.
从	一个	出色地	仅有的	十	脚	深的	.

八十多人因饮用仅十英尺深的井水而患上发烧。

[ðə; ði] [ɪm'pjʊr] ['wɔ:tər]

The	impure	water
这	不纯	水

不纯净的水

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	26	]
[	页	-	]

[第26页]

[frʌm; frəm][wʌn] [sprɪŋ] [æt; ət]['trentən] , [nu:] ['dʒɜ:rzi] ,

from	one	spring	at	Trenton	,	New	Jersey	,
从	一	春天	在	特伦顿	,	新的	球衣	,

来自新泽西州特伦顿的一处泉眼

[geɪv] [ðə; ði]['fi:vər][tu:; tə] ['nɪrli] [ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['pɝ:sənz] [ɪn][wʌn] ['si:z(ə)n] .

gave	the	fever	to	nearly	a	hundred	persons	in	one	season	.
给予	这	发烧	到	几乎	一个	百	人	在	一	季节	.

在一个季节内，使近百人患上这种发烧。

[æt; ət] [maʊnt] ['sævɪdʒ] , ['merilənd] ,

At	Mount	Savage	,	Maryland	,
在	山	野蛮的	,	马里兰州	,

在马里兰州萨维奇山，

[ə; eɪ] ['hʌndrəd] [ænd; ənd] ['twenti] ['pɝ:sənz] [wɜ:r; wər] [meɪd] [ɪl] [baɪ]['ju:zɪŋ][ðə; ði]['wɔ:tər][frʌm; frəm][ə; eɪ]

a	hundred	and	twenty	persons	were	made	ill	by	using	the	water	from	a
一个	百	和	二十	人	是	制成	患病的	经过	使用	这	水	从	一个

[sprɪŋ] [nɪr] [ə; eɪ] [haʊs] [dreɪn] .

spring	near	a	house	drain	.
春天	靠近	一个	房子	流走	.

一百二十人因使用房屋排水沟附近泉水的水而生病。

['wɔ:tər][frʌm; frəm] ['rɪvəz] [ænd; ənd] [stri:mz] ['rʌnɪŋ] [nɪr] [wer] ['meni] ['pi:p(ə)l] [lɪv; laɪv][ɪz] ['laɪkli] [tu:; tə]

Water	from	rivers	and	streams	running	near	where	many	people	live	is	likely	to
水	从	河流	和	溪流	跑步	靠近	在哪里	许多	人们	居住	是	可能	到

[bi:; bi] [meɪd] [ɪm'pjʊr] [ænd; ənd][ɪz] [ʃʊr] [tu:; tə] [brɪŋ] ['sɪknəs] [ænd; ənd] [deθ] [tu:; tə][sʌm; səm][ʌv; əv]

be	made	impure	and	is	sure	to	bring	sickness	and	death	to	some	of
是	制成	不纯	和	是	当然	到	带来	疾病	和	死亡	到	一些	的

[ðoʊz] [hu:] [ju:z][ˌaɪ 'ti:] .

those	who	use	it	.
那些	WHO	使用	它	.

许多人居住地附近的河流和溪流中的水很可能已被污染，肯定会给一些使用者带来疾病甚至死亡。

['wɔːtər][frʌm; frəm][ə; eɪ][smɔːl] [striːm] [æt; ət] ['plɪməθ] , [ˌpensl'veɪniə] , ['rʌnɪŋ] [pæst][ə; eɪ] [haʊs]

Water	from	a	small	stream	at	Plymouth	,	Pennsylvania	,	running	past	a	house
水	从	一个	小的	溪流	在	普利茅斯	,	宾夕法尼亚州	,	跑步	过去的	一个	房子

['ɑːkjupaɪd][baɪ][ə; eɪ] ['taɪfɔɪd] ['peɪʃ(ə)nt] ,

occupied	by	a	typhoid	patient	,
占领	经过	一个	伤寒	病人	,

宾夕法尼亚州普利茅斯一条小溪的溪水流过一户人家，而这户人家住着一位伤寒病人。

[geɪv] [ðə; ði] ['fiːvər] [tuː; tə]['oʊvər][ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] ['pɝːsənz] [ɪn][wʌn] [mʌnθ] .

gave	the	fever	to	over	a	thousand	persons	in	one	month	.
给予	这	发烧	到	超过	一个	千	人	在	一	月	.

一个月内，使上千人患上这种高烧。

[ðə; ði]['wɔːtər][frʌm; frəm][ə; eɪ][smɔːl] [striːm] [æt; ət] ['ɪθəkə] , [nuː] [jɔːk] ,

The	water	from	a	small	stream	at	Ithaca	,	New	York	,
这	水	从	一个	小的	溪流	在	伊萨卡	,	新的	约克	,

来自纽约州伊萨卡一条小溪的水

[geɪv] [ðə; ði] ['fiːvər] [tuː; tə]['oʊvər] [ˌθɜːr'tiːn] ['hʌndrəd] ['piːp(ə)l] [ɪn][wʌn] ['siːz(ə)n] ,

gave	the	fever	to	over	thirteen	hundred	people	in	one	season	,
给予	这	发烧	到	超过	十三	百	人们	在	一	季节	,

在一个季节内，使超过1300人患上这种疾病。

[ænd; ənd][æn; ən]['ɔːlmoʊst]['iːkwəl] ['nʌmbər] [kɔːt] [ðə; ði] ['fiːvər] [ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [wiːks] [æt; ət] ['bʌtlər] ,

and	an	almost	equal	number	caught	the	fever	in	a	few	weeks	at	Butler	,
和	一个	几乎	平等的	数字	捕捉	这	发烧	在	一个	很少	周	在	巴特勒	,

[ˌpensl'veɪniə] ,

Pennsylvania	,
宾夕法尼亚州	,

在宾夕法尼亚州巴特勒，几周内也有几乎相同数量的人感染了这种疾病。

[baɪ] ['drɪŋkɪŋ] ['wɔːtər][frʌm; frəm][ə; eɪ][smɔːl] [kriːk] [ə'lɔːŋ] [wɪtʃ] [sʌm; səm] [sɪk] ['pɝːsənz] [lɪvd] .

by	drinking	water	from	a	small	creek	along	which	some	sick	persons	lived	.
经过	喝	水	从	一个	小的	溪	沿着	哪个	一些	生病的	人	居住地	.

他饮用了沿岸一条小溪里的水，而这条小溪边居住着一些病人。

[priˈventɪŋ] ['sɪknəs] [frʌm; frəm][bæd]['wɔːtər] . — [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['betər] [tuː; tə][goʊ] ['θɜːrsti] [ðæn; ðən][tuː; tə]

Preventing	Sickness	from	Bad	Water	.	—	It	is	better	to	go	thirsty	than	to
预防	疾病	从	坏的	水	.	—	它	是	更好的	到	去	渴	比	到

[drɪŋk] ['wɔːtər] [wɪtʃ] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə]

drink	water	which	is	likely	to
喝	水	哪个	是	可能	到

预防因饮用不洁净的水而生病——宁可口渴也不要饮用可能致病的水。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	27	]
[	页	-	]

[第27页]

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	28	]
[	页	-	]

[第28页]

[kɔːz] ['sɪknəs] .

cause	sickness	.
原因	疾病	.

导致疾病。

['eni] ['wɔːtər][kæn; kən][biː; bi] [meɪd] [seɪf] [baɪ] ['bɔɪlɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][wʌn] ['mɪnɪt] .

Any	water	can	be	made	safe	by	boiling	it	one	minute	.
任何	水	能	是	制成	安全的	经过	沸腾	它	一	分钟	.

任何水煮沸一分钟后都可以安全饮用。

[bɔɪld] ['wɔːtər][ɪz][ðə; ði][moʊst] ['helθf(ə)l] [kaɪnd][ʌv; əv]['wɔːtər][tuː; tə][juːz] .

Boiled	**water**	**is**	**the**	**most**	**healthful**	**kind**	**of**	**water**	**to**	**use**	**.**
煮沸	水	是	这	最多	健康的	种类	的	水	到	使用	.

煮沸的水是最健康的水。

[ðə; ði] ['piːp(ə)l] [ʌv; əv] ['tʃaɪnə] [ænd; ənd][dʒə'pæn] ['seldəm] [juːz] ['wɔːtər] [ðæt] [hæz; həz][nɑːt] [bɪn] [bɔɪld] .

The	**people**	**of**	**China**	**and**	**Japan**	**seldom**	**use**	**water**	**that**	**has**	**not**	**been**	**boiled**	**.**
这	人们	的	中国	和	日本	很少	使用	水	那	有	不是	到过	煮沸	.

中国和日本人民很少使用未经煮沸的水。

['meni] ['sɪtiz] ['juːzɪŋ] ['wɔːtər][frʌm; frəm] ['rɪvəz] [rʌn] [ˌaɪ 'tiː] [θruː] [ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv][sænd][ænd; ənd]

Many	**cities**	**using**	**water**	**from**	**rivers**	**run**	**it**	**through**	**a**	**layer**	**of**	**sand**	**and**
许多	城市	使用	水	从	河流	跑步	它	通过	一个	层	的	沙	和

['grævə)l][tuː; tə] [rɪ'muːv] [ðə; ði]['taɪni] [θɪŋz] [ðæt] [kɔːz] [soʊ] [mʌtʃ] ['sɪknəs] [ænd; ənd] [deθ] .

gravel	**to**	**remove**	**the**	**tiny**	**things**	**that**	**cause**	**so**	**much**	**sickness**	**and**	**death**	**.**
碎石	到	消除	这	微小的	事物	那	原因	所以	很多	疾病	和	死亡	.

许多城市使用河水时，会先将水流过一层沙子和砾石，以去除导致疾病和死亡的微小微生物。

[ðɪs] [meɪks] [ðə; ði]['wɔːtər] ['veri] [mʌtʃ] ['pjʊrɚ] ,

This	**makes**	**the**	**water**	**very**	**much**	**purer**	**,**
这	制作	这	水	非常	很多	更纯净	,

这样一来，水质就纯净得多了。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt][soʊ]['sɜːrt(ə)n][tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði]['wɔːtər] [seɪf] [æz; əz][ɪz] ['bɔɪlɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] .

but	**it**	**is**	**not**	**so**	**certain**	**to**	**make**	**the**	**water**	**safe**	**as**	**is**	**boiling**	**it**	**.**
但	它	是	不是	所以	肯定	到	制作	这	水	安全的	作为	是	沸腾	它	.

但是，它并不能像煮沸那样确保水质安全。

[bæd]['wɔːtər] [meɪks] ['nɪrli] [ə; eɪ]['kwɔːrtər][ʌv; əv][ə; eɪ] ['mɪljən] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] ['piːp(ə)l] [sɪk] ['evri] [jɪr]

Bad	**water**	**makes**	**nearly**	**a**	**quarter**	**of**	**a**	**million**	**of**	**our**	**people**	**sick**	**every**	**year**
坏的	水	制作	几乎	一个	四分之一	的	一个	百万	的	我们的	人们	生病的	每一个	年

[ænd; ənd] [kɪlz] ['twenti] ['θaʊz(ə)nd] [ʌv; əv][ðem; ðəm] .

and	**kills**	**twenty**	**thousand**	**of**	**them**	**.**
和	杀戮	二十	千	的	他们	.

每年，近25万我国人民因饮用不洁净的水而患病，其中2万人因此丧命。

[haʊ] [mʌtʃ] [fuːd] [dʌz] [ðə; ði]['bɑːdi] [niːd] ? — [moʊst] ['piːp(ə)l] [iːt] [tuː] [mʌtʃ] .

How	**much**	**Food**	**does**	**the**	**Body**	**Need**	**?**	**—**	**Most**	**people**	**eat**	**too**	**much**	**.**
如何	很多	食物	做	这	身体	需要	?	—	最多	人们	吃	也	很多	.

人体需要多少食物？——大多数人吃得太多。

[ˌoʊvər'iːtɪŋ] [ˌəʊvə'wɜːks] [ðə; ði] ['stʌmək] , ['pɔizənz] [ðə; ði]['bɑːdi] , [meɪks] [wʌn] [fiːl] ['leɪzi] , [ænd; ənd]

Overeating	**overworks**	**the**	**stomach**	**,**	**poisons**	**the**	**body**	**,**	**makes**	**one**	**feel**	**lazy**	**,**	**and**
暴饮暴食	过度劳累	这	胃	,	毒药	这	身体	,	制作	一	感觉	懒惰的	,	和

['kɔːzɪz] ['hedeɪk] .

causes	**headache**	**.**
原因	头痛	.

暴饮暴食会使胃部负担过重，毒害身体，使人感到疲倦，并引起头痛。

[ɪf] [juː; jʊ] [tʃuː] [jʊr; jər] [fuːd] [faɪn] [ænd; ənd][stɑːp] ['iːtɪŋ] [æz; əz] [suːn] [æz; əz] ['hʌŋgər] [ɪz]['sætɪsfaɪd]

If	**you**	**chew**	**your**	**food**	**fine**	**and**	**stop**	**eating**	**as**	**soon**	**as**	**hunger**	**is**	**satisfied**
如果	你	嚼	你的	食物	美好的	和	停止	吃	作为	很快	作为	饥饿	是	使满意

[wɪ'ðaʊt] ['temptɪŋ] [ðə; ði] ['æpɪtaɪt] [wɪð; wɪθ] [swiːts] ,

without	**tempting**	**the**	**appetite**	**with**	**sweets**	**,**
没有	诱人的	这	食欲	和	糖果	,

如果你细嚼慢咽，并在饥饿感得到满足后立即停止进食，避免用甜食来刺激食欲，

[juː; jʊ][ɑːr; ər][nɑːt] ['laɪkli] [tuː; tə] [ˌoʊvər'iːt] .

you	**are**	**not**	**likely**	**to**	**overeat**	**.**
你	是	不是	可能	到	暴饮暴食	.

你不太可能吃得过多。

[əˈbaʊt] [wʌn] [ˈsev(ə)nθ] [ʌv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv] [ˈbɪldɪŋ] [fuːd] [ɪz] [ˈniːdɪd] [ˈdeɪli] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði][ˈbɑːdi]

About	one	seventh	of	a	pound	of	building	food	is	needed	daily	to	keep	the	body
关于	一	第七	的	一个	磅	的	建筑	食物	是	需要	日常的	到	保持	这	身体

[ɪn] [rɪˈper] ,

in	repair	,
在	维修	,

人体每天大约需要七分之一磅的营养物质来维持身体的修复。

[ænd; ənd][ə; eɪ][ˈkwɔːrtər][ʌv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv][fæt][ænd; ənd][ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv] [stɑːtʃɪz] [ænd; ənd]

and	a	quarter	of	a	pound	of	fat	and	a	pound	of	starches	and
和	一个	四分之一	的	一个	磅	的	胖的	和	一个	磅	的	淀粉	和

[ˈʃʊgɝz] [ɑːr; ər][rɪˈkwaɪərd][tuː; tə][help][ðə; ði][ˈbɑːdi][duː][ə; eɪ][hɑːrd] [ˈdeɪz] [wɜːrk] .

sugars	are	required	to	help	the	body	do	a	hard	day's	work	.
糖	是	必需的	到	帮助	这	身体	做	一个	难的	天	工作	.

人体需要摄入四分之一磅脂肪和一磅淀粉和糖类，才能完成一天的辛勤工作。

[ə; eɪ][hæf] [paʊnd] [ʌv; əv] [bred] , [biːnz] , [ænd; ənd] [miːt] [iːtʃ] , [ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv] [pəˈtetoz] , [ə; eɪ]

A	half	pound	of	bread	,	beans	,	and	meat	each	,	a	pound	of	potatoes	,	a
一个	一半	磅	的	面包	,	豆子	,	和	肉	每个	,	一个	磅	的	土豆	,	一个

[paɪnt][ʌv; əv] [mɪlk] ,

pint	of	milk	,
品脱	的	牛奶	,

半磅面包、半磅豆子和半磅肉，一磅土豆，一品脱牛奶，

[ænd; ənd][ə; eɪ][ˈkwɔːrtər][ʌv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ʌv; əv] [ˈbʌtər] [ænd; ənd] [ˈʃʊgər] [iːtʃ] ,

and	a	quarter	of	a	pound	of	butter	and	sugar	each	,
和	一个	四分之一	的	一个	磅	的	黄油	和	糖	每个	,

还有四分之一磅黄油和糖，各四分之一磅。

[wɪl] [gɪv] [ə; eɪ] [ˈwɜːrkɪŋ] [mæn][ɔːl][ðə; ði] [fuːd] [hiː; hi] [niːdz] [fɔːr; fər][ə; eɪ] [deɪ] .

will	give	a	working	man	all	the	food	he	needs	for	a	day	.
将要	给	一个	在职的	男人	全部	这	食物	他	需求	为了	一个	天	.

能为一名劳动者提供一天所需的所有食物。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ˈbɜːdz] - [aɪ] [vjuː] [ʌv; əv] [ˈplɪməθ] , [ˌpensl'veɪniə] ,

10	—	Bird's	-	eye	view	of	Plymouth	,	Pennsylvania	,
-	—	鸟类	-	眼睛	看法	的	普利茅斯	,	宾夕法尼亚州	,

10 —宾夕法尼亚州普利茅斯鸟瞰图，

[ˈʃoʊɪŋ] [wer] [ðə; ði] [weɪst] [frʌm; frəm][wʌn] [sɪk] [ruːm] [wʌz; wəz] [θroʊn] [ɑːn][ðə; ði][bæŋk][ʌv; əv][ə; eɪ]

showing	where	the	waste	from	one	sick	room	was	thrown	on	the	bank	of	a
显示	在哪里	这	浪费	从	一	生病的	房间	曾是	抛掷	在	这	银行	的	一个

[striːm] [wɪtʃ] [ˈsevrəl] [maɪlz] [bɪˈloʊ] [səˈplaɪd] [ðə; ði] [taʊn] [wɪð; wɪθ][ˈwɔːtər][ænd; ənd] [kɔːzd] [ˈoʊvər]

stream	which	several	miles	below	supplied	the	town	with	water	and	caused	over
溪流	哪个	一些	英里	以下	供应	这	镇	和	水	和	导致	超过

[wʌn] [ˈθaʊz(ə)nd] [ˈkeɪsɪz][ʌv; əv][ˈfiːvər][ænd; ənd] [mɔːr] [ðæn; ðən][ə; eɪ] [ˈhʌndrəd] [ˈdɛθs] [wɪˈðɪn] [ˈsev(ə)n]

one	thousand	cases	of	fever	and	more	than	a	hundred	deaths	within	seven
一	千	案例	的	发烧	和	更多的	比	一个	百	死亡人数	之内	七

[wiːks] .

weeks	.
周	.

图中显示，一间病房的排泄物被扔到几英里外的一条小溪岸边，这条小溪为下游的城镇提供水源，并在七周内导致一千多人发烧，一百多人死亡。

[bɪr] [ænd; ənd] [waɪn] [æz; əz] [fuːdz] . — [ˌaɪ 'tiː][wʌz; wəz][wʌns] [θɔːt] [ðæt] [bɪr] [ænd; ənd] [waɪn]

Beer	**and**	**Wine**	**as**	**Foods**	**.**	**—**	**It**	**was**	**once**	**thought**	**that**	**beer**	**and**	**wine**
啤酒	和	葡萄酒	作为	食物	.	—	它	曾是	一次	想法	那	啤酒	和	葡萄酒

[wɜːr; wər] [gʊd] [fuːdz] ,

were	**good**	**foods**	**,**
是	好的	食物	,

啤酒和葡萄酒作为食物——人们一度认为啤酒和葡萄酒是很好的食物，

[bʌt; bət] ['hʌndrədz] [ʌv; əv]

but	**hundreds**	**of**
但	数百	的

但数百

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**28**	**]**
[	页	-	]

[第28页]

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**29**	**]**
[	页	-	]

[第29页]

[leɪt] [ɪk'sperɪmənts; ɪk'sperɪments; ɪk'sperəmənts; ɪk'sperəments] [ʃoʊ] [ðæt] [ðiːz] [drɪŋks] [ɑːr; ər] ['veri] [pʊr]

late	**experiments**	**show**	**that**	**these**	**drinks**	**are**	**very**	**poor**
晚的	实验	展示	那	这些	饮料	是	非常	贫穷的

[ænd; ənd] [ɪk'spensɪv] [fuːdz] .

and	**expensive**	**foods**	**.**
和	昂贵的	食物	.

近期实验表明，这些饮料是非常低劣且昂贵的食品。

[ə; eɪ] [hæf] [glæs] [ʌv; əv] [mɪlk] [ɪz] [ʌv; əv] [mɔːr] [juːz] [tuː; tə] [ðə; ði] ['bɑːdi] [æz; əz] [ə; eɪ] [fuːd] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] [fʊl]

A	**half**	**glass**	**of**	**milk**	**is**	**of**	**more**	**use**	**to**	**the**	**body**	**as**	**a**	**food**	**than**	**a**	**full**
一个	一半	玻璃	的	牛奶	是	的	更多的	使用	到	这	身体	作为	一个	食物	比	一个	满的

[kwɔːrt] [ʌv; əv] [bɪr] .

quart	**of**	**beer**	**.**
夸脱	的	啤酒	.

半杯牛奶比一夸脱啤酒更有益于身体健康。

[ðə; ði] [juːz] [ʌv; əv] [mʌtʃ] [waɪn] [ɔːr] [bɪr] [meɪ] [siːm] [tuː; tə] ['sætɪsfaɪ] [ðə; ði] ['æpɪtaɪt] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ]

The	**use**	**of**	**much**	**wine**	**or**	**beer**	**may**	**seem**	**to**	**satisfy**	**the**	**appetite**	**because**	**they**
这	使用	的	很多	葡萄酒	或者	啤酒	可能	似乎	到	满足	这	食欲	因为	他们

['dedn] [ðə; ði] ['riːəl] ['fiːlɪŋ] [ʌv; əv] ['hʌŋgər] .

deaden	**the**	**real**	**feeling**	**of**	**hunger**	**.**
缓和	这	真实的	感觉	的	饥饿	.

大量饮用葡萄酒或啤酒似乎可以满足食欲，因为它们会麻痹真正的饥饿感。

['niːðər] [ʌv; əv] [ðiːz] [drɪŋks] [kæn; kən] [biː; bi] [juːst] [baɪ] [ðə; ði] [jʌŋ] [wɪ'ðaʊt] ['deɪndʒər] [ʌv; əv] ['duːɪŋ]

Neither	**of**	**these**	**drinks**	**can**	**be**	**used**	**by**	**the**	**young**	**without**	**danger**	**of**	**doing**
两者都不	的	这些	饮料	能	是	用过的	经过	这	年轻的	没有	危险	的	正在做

[mʌtʃ] [hɑːrm] .

much	**harm**	**.**
很多	伤害	.

这两种饮料青少年饮用都会有极大的危害。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [ðə; ði]['lɪt(ə)l] [glæs] [ʌv; əv] [mɪlk] [kən'teɪnz] ['nɪrli] [twaɪs] [æz; əz] [mʌtʃ] [fu:d] [fɔ:r; fər] ['bɪldɪŋ] [fleʃ]

11	—	The	little	glass	of	milk	contains	nearly	twice	as	much	food	for	building	flesh
-	—	这	小的	玻璃	的	牛奶	包含	几乎	两次	作为	很多	食物	为了	建筑	肉

[ænd; ənd] [blʌd] [æz; əz][ðə; ði][lɑ:rdʒ] [glæs] [ʌv; əv] [bɪr] .

and	blood	as	the	large	glass	of	beer	.
和	血	作为	这	大的	玻璃	的	啤酒	.

11 —一小杯牛奶所含的用于构建血肉的营养物质几乎是一大杯啤酒的两倍。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[waɪ] [dʌz] [ðə; ði]['bɑ:di] [ni:d] [fu:d] ? [ˌtu:'tu:] .

Why	does	the	body	need	food	?	2	.
为什么	做	这	身体	需要	食物	?	2	.

1. 人体为什么需要食物?

[waɪ] [du:][ju:; jʊ] [weɪ] [les] ['æftər] ['wɜ:rkɪŋ] ? [θri:] .

Why	do	you	weigh	less	after	working	?	3	.
为什么	做	你	称重	较少的	后	在职的	?	3	.

为什么你工作后体重会减轻? 3.

[wʌt] [ɪz]['ɑ:ksɪdʒən] ? [fɔ:r] .

What	is	oxygen	?	4	.
什么	是	氧	?	4	.

什么是氧气? 4.

[frʌm; frəm] [wʌt] [du:][wi:; wi] [get] ['bɑ:di] - ['bɪldɪŋ] [fu:dz] ? [faɪv] .

From	what	do	we	get	body	-	building	foods	?	5	.
从	什么	做	我们	得到	身体	-	建筑	食物	?	5	.

我们从哪里获取健美食品? 5.

[ɪn] [wʌt] [ɪz] [stɑ:rtʃ] [faʊnd] ? [sɪks] .

In	what	is	starch	found	?	6	.
在	什么	是	淀粉	成立	?	6	.

淀粉存在于哪些食物中? 6.

[haʊ] [mʌtʃ] ['wɔ:tər] [dʌz] [ðə; ði]['bɑ:di] [ni:d] ? ['sɛvən] .

How	much	water	does	the	body	need	?	7	.
如何	很多	水	做	这	身体	需要	?	7	.

人体需要多少水? 7.

[wer] [hæv; həv] ['pi:p(ə)l] [bɪn] [meɪd] [sɪk] [baɪ]['ju:zɪŋ] [bæd]['wɔ:tər] ? [eɪt] .

Where	have	people	been	made	sick	by	using	bad	water	?	8	.
在哪里	有	人们	到过	制成	生病的	经过	使用	坏的	水	?	8	.

哪些地方的人们因饮用不洁净的水而生病? 8.

[haʊ] [kæn; kən][wi:; wi] [prɪ'vent] ['sɪknəs] [frʌm; frəm][bæd]['wɔ:tər] ? [naɪn] .

How	can	we	prevent	sickness	from	bad	water	?	9	.
如何	能	我们	防止	疾病	从	坏的	水	?	9	.

如何预防因饮用不洁净的水而生病? 9.

[wʌt] [hɑ:rm] [dʌz] [ˌoʊvər'i:tɪŋ] [du:] ? - .

What	harm	does	overeating	do	?	10	.
什么	伤害	做	暴饮暴食	做	?	-	.

暴饮暴食会造成什么危害? 10.

[wʌt] [kæn; kən][ju:; jʊ] [seɪ] [ʌv; əv] [bɪr] [æz; əz][ə; eɪ] [fu:d] ?

What	can	you	say	of	beer	as	a	food	?
什么	能	你	说	的	啤酒	作为	一个	食物	?

啤酒作为一种食物，你觉得怎么样?

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 30]
[页 -]

[第30页]

['tʃæptər] [ˌaɪ 'viː]
CHAPTER IV
章 第四

第四章

[fuːd] [ænd; ənd] [helθ]
FOOD AND HEALTH
食物 和 健康

食品与健康

[miːts] . — [biːf] [ɪz][ðə; ðiː][best][ʌv; əv][ɔːl] [miːt] [fɔːr; fər] [fuːd] .
Meats . — Beef is the best of all meat for food .
肉类 . — 牛肉 是 这 最好的 的 全部 肉 为了 食物 .

肉类——牛肉是所有肉类中最好的食用肉。

['nɪrli] [wʌn] [fɪfθ] [ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; biː] [juːst] [tuː; tə] [rɪ'per] [ðə; ðiː][wɔːrn] - [aʊt][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ðiː]
Nearly one fifth of it can be used to repair the worn - out parts of the
几乎 一 第五 的 它 能 是 用过的 到 维修 这 磨损 - 出去 部分 的 这
['bɑːdi] .
body .
身体 .

其中近五分之一可用于修复身体磨损的部位。

['mʌt(ə)n] , [ðə; ðiː] [miːt] [ʌv; əv] [ʃiːp] , [ɪz]['ɔːlmoʊst][æz; əz] [gʊd] [fɔːr; fər] [fuːd] [æz; əz] [biːf] .
Mutton , the meat of sheep , is almost as good for food as beef .
羊肉 , 这 肉 的 羊 , 是 几乎 作为 好的 为了 食物 作为 牛肉 .

羊肉，也就是绵羊的肉，其食用价值几乎与牛肉一样高。

[viːl] [ænd; ənd][pɔːrk]['ɔːlsoʊ] [kən'teɪn] [mʌtʃ] ['bɑːdi] - ['bɪldɪŋ] ['mætər] ,
Veal and pork also contain much body - building matter ,
小牛肉 和 猪肉 还 包含 很多 身体 - 建筑 事情 ,

小牛肉和猪肉也含有丰富的身体所需营养物质。

[bʌt; bət][ðə; ðiː] ['stʌmək] [mʌst; məst][wɜːrk][hɑːrd][tuː; tə] [prɪ'per] [ðem; ðəm][fɔːr; fər][juːz] .
but the stomach must work hard to prepare them for use .
但 这 胃 必须 工作 难的 到 准备 他们 为了 使用 .

但胃必须努力工作才能将它们准备好以供利用。

[fɪʃ] [ɪz][æn; ən] ['eksələnt] [fuːd] ,
Fish is an excellent food ,
鱼 是 一个 出色的 食物 ,

鱼是一种极好的食物，

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz]['oʊnli]['lɪt(ə)l] [mɔːr] [ðæn; ðən][wʌn][hæf][æz; əz] [mʌtʃ] [fleʃ] - ['bɪldɪŋ] ['mætər]
but it has only little more than one half as much flesh - building matter
但 它 有 仅有的 小的 更多的 比 一 一半 作为 很多 肉 - 建筑 事情
[æz; əz] [gʊd] [biːf] .
as good beef .
作为 好的 牛肉 .

但它所含的肌肉组织物质只有优质牛肉的一半多一点。

['poʊltri] [ɪz][ə; eɪ] ['helθf(ə)l] [fuːd] , [ɪ'speʃəli] [fɔːr; fər][ðə; ðiː] [wiːk] [ænd; ənd] [sɪk] ,
Poultry is a healthful food , especially for the weak and sick ,
家禽 是 一个 健康的 食物 , 尤其 为了 这 虚弱的 和 生病的 ,

家禽是一种健康食品，尤其适合体弱多病的人食用。

[bʌt; bət][ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [mɔːr] [ɪkˈspensɪv] [ðæn; ðən][ðə; ði] [ˈʌðər] [miːts] .

but	**it**	**is**	**more**	**expensive**	**than**	**the**	**other**	**meats**	**.**
但	它	是	更多的	昂贵的	比	这	其他	肉类	.

但它比其他肉类更贵。

[ˈɔɪstər] [ɑːr; ər] [ˈlɑːrdʒli] [meɪd] [ʌv; əv][ˈwɔːtər][ænd; ənd][duː][nɑːt] [kənˈteɪn] [mʌtʃ] [tuː; tə][ˈstreŋ(k)θ(ə)n][ðə; ði]

Oysters	**are**	**largely**	**made**	**of**	**water**	**and**	**do**	**not**	**contain**	**much**	**to**	**strengthen**	**the**
牡蛎	是	很大程度上	制成	的	水	和	做	不是	包含	很多	到	加强	这

[ˈbɑːdi] .

body	**.**
身体	.

牡蛎主要成分是水，对增强体质并没有多少益处。

[ɪn] [ɔːl] [miːt] [ðer; ðər][ɪz][sʌm; səm] [weɪst] [ˈmætər] .

In	**all**	**meat**	**there**	**is**	**some**	**waste**	**matter**	**.**
在	全部	肉	那里	是	一些	浪费	事情	.

所有肉类都含有一些杂质。

[ðɪs] [meɪ] [hɑːrm][ðə; ði][ˈbɑːdi] [ɪf] [wiː; wi] [iːt] [tuː] [mʌtʃ] [miːt] .

This	**may**	**harm**	**the**	**body**	**if**	**we**	**eat**	**too**	**much**	**meat**	**.**
这	可能	伤害	这	身体	如果	我们	吃	也	很多	肉	.

如果吃太多肉，可能会对身体有害。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][noʊ][lɔːŋgər] [θɔːt] [ˈhelθf(ə)l] [fɔːr; fər][moʊst] [ˈpɝːsənz] [tuː; tə] [iːt] [miːt] [mɔːr] [ðæn; ðən] [wʌns]

It	**is**	**no**	**longer**	**thought**	**healthful**	**for**	**most**	**persons**	**to**	**eat**	**meat**	**more**	**than**	**once**
它	是	不	更长	想法	健康的	为了	最多	人	到	吃	肉	更多的	比	一次

[ə; eɪ] [deɪ] .

a	**day**	**.**
一个	天	.

现在大多数人认为，一天吃一次肉对健康不利。

[tuː] [mʌtʃ] [miːt] [juːst] [ˈdeɪli] [fɔːr; fər] [ˈsevrəl] [ˈjɪrz] [ɪz] [ˈlaɪkli] [tuː; tə] [kɔːz] [dɪˈziːz] .

Too	**much**	**meat**	**used**	**daily**	**for**	**several**	**years**	**is**	**likely**	**to**	**cause**	**disease**	**.**
也	很多	肉	用过的	日常的	为了	一些	年	是	可能	到	原因	疾病	.

长期每日食用过多肉类很可能导致疾病。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [iːtʃ] [ʌv; əv] [ðiːz] [ˈɑːrtɪk(ə)lz][kɔːsts][ðə; ði] [seɪm] ,

12	**—**	**Each**	**of**	**these**	**articles**	**costs**	**the**	**same**	**,**
-	—	每个	的	这些	文章	成本	这	相同的	,

12——这些商品每件价格都一样，

[bʌt; bət][ðə; ði] [bred] [wɪl] [ˈfɜːrnɪʃ] [fɔːr] [taɪmz] [æz; əz] [mʌtʃ] [fuːd] [fɔːr; fər][ðə; ði][ˈbɑːdi][æz; əz][ðə; ði]

but	**the**	**bread**	**will**	**furnish**	**four**	**times**	**as**	**much**	**food**	**for**	**the**	**body**	**as**	**the**
但	这	面包	将要	提供	四	时代	作为	很多	食物	为了	这	身体	作为	这

[ˈkæbɪdʒ] ,

cabbage	**,**
卷心菜	,

但是，面包为身体提供的营养是卷心菜的四倍。

[mɔːr] [ðæn; ðən] [twaɪs] [æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði] [fɪʃ] , [ænd; ənd] [ˈnɪrli] [twaɪs] [æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz]

more	**than**	**twice**	**as**	**much**	**as**	**the**	**fish**	**,**	**and**	**nearly**	**twice**	**as**	**much**	**as**
更多的	比	两次	作为	很多	作为	这	鱼	,	和	几乎	两次	作为	很多	作为

[ðə; ði] [mɪlk] .

the	**milk**	**.**
这	牛奶	.

比鱼多两倍多，比牛奶多近两倍。

[ðə; ði] ['kʊkɪŋ] [ʌv; əv] [miːt] . — [ðə; ði] [best] [miːt] [ɪf] ['pʊrli,'pɔːrli] [kʊkt] [ɪz] [ʌn'fɪt] [fɔːr; fər] ['iːtɪŋ] .

The	Cooking	of	Meat	.	—	The	best	meat	if	poorly	cooked	is	unfit	for	eating	.
这	烹饪	的	肉	.	—	这	最好的	肉	如果	差	煮熟	是	不合格	为了	吃	.

肉的烹饪——即使是最好的肉，如果烹饪不当也不适合食用。

[brɔɪld] [ænd; ənd] ['roʊstɪd] [miːts] [ɑːr; ər] [mɔːr] ['helθf(ə)l] [ðæn; ðən] [bɔɪld] [ɔːr] [fraɪd] [miːt] .

Broiled	and	roasted	meats	are	more	healthful	than	boiled	or	fried	meat	.
烤制	和	烤	肉类	是	更多的	健康的	比	煮沸	或者	油煎	肉	.

烤肉比煮肉或炸肉更健康。

[miːt]

Meat

肉

肉

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	31	]
[	页	-	]

[第31页]

[ɪz] [brɔɪld] [baɪ] ['hoʊldɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ə; eɪ] ['waɪər] [freɪm] ['oʊvər] [ə; eɪ] [fleɪm] [ɔːr] [hɑːt] [koʊl] .

is	broiled	by	holding	it	in	a	wire	frame	over	a	flame	or	hot	coals	.
是	烤制	经过	保持	它	在	一个	金属丝	框架	超过	一个	火焰	或者	热的	煤炭	.

用铁丝架固定在火上或热炭上烤制。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['roʊstɪd] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ə; eɪ] ['kʌvərd] [pæn] [ɪn] [ə; eɪ] [hɑːt] ['ʌv(ə)n] [fɔːr; fər] [tuː] [ɔːr] [θriː]

It	is	roasted	by	placing	it	in	a	covered	pan	in	a	hot	oven	for	two	or	three
它	是	烤	经过	放置	它	在	一个	涵盖	平底锅	在	一个	热的	烤箱	为了	二	或者	三

['aʊərz] .

hours	.
小时	.

将其放入带盖的烤盘中，在高温烤箱中烤制两到三个小时即可。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [bɔɪld] [baɪ] ['kiːpɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [hɑːt] ['wɔːtər] ['sevrəl] ['aʊərz] .

It	is	boiled	by	keeping	it	in	hot	water	several	hours	.
它	是	煮沸	经过	保持	它	在	热的	水	一些	小时	.

将其放入热水中浸泡数小时即可煮熟。

[miːt] [ɪz] [fraɪd] [baɪ] ['kʊkɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [lɑːrd] [ɔːr] ['ʌðər] [fæt] [ɪn] [ə; eɪ] [pæn] .

Meat	is	fried	by	cooking	it	in	lard	or	other	fat	in	a	pan	.
肉	是	油煎	经过	烹饪	它	在	猪油	或者	其他	胖的	在	一个	平底锅	.

肉是用猪油或其他油脂在平底锅里煎炸而成的。

['oʊnli] [ðoʊz] [huː] [hæv; həv] [strɔːŋ] ['bɑːdɪz] [ʃʊd; ʃəd] [iːt] [fraɪd] [miːt] .

Only	those	who	have	strong	bodies	should	eat	fried	meat	.
仅有的	那些	WHO	有	强的	身体	应该	吃	油煎	肉	.

只有身体强壮的人才能吃油炸肉类。

[ðə; ði] [tʃiːp] [kʌts] [ʌv; əv] [miːt] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [nek] , [brest] ,

The	cheap	cuts	of	meat	from	the	neck	,	breast	,
这	便宜的	削减	的	肉	从	这	脖子	,	胸部	,

颈部、胸部等部位的廉价肉块

[ænd; ənd] [legz] [hæv; həv] [ə'baʊt] [æz; əz] [mʌtʃ] [fuːd] ['mætər] [ɪn] [ðem; ðəm] [æz; əz] [ðə; ði] [mɔːr] ['kɔːstli] [pɑːrts]

and	legs	have	about	as	much	food	matter	in	them	as	the	more	costly	parts
和	腿	有	关于	作为	很多	食物	事情	在	他们	作为	这	更多的	昂贵	部分

.

:

.

腿部所含的营养物质与身体其他更昂贵的部位所含的营养物质几乎一样多。

[sʌtʃ] [miːt] [meɪ] [biː; bi] [meɪd] [mɔːr] ['tendər] [baɪ] ['bɔɪlɪŋ] [ðæn; ðən] [baɪ] ['roʊstɪŋ] .

Such	meat	may	be	made	more	tender	by	boiling	than	by	roasting	.
这样的	肉	可能	是	制成	更多的	投标	经过	沸腾	比	经过	烘焙	.

这种肉用水煮比烤更嫩。

[suːp] . — [suːp] , [brɔːθ] , [ænd; ənd] [biːf] [tiː] ['fɜːrnɪʃ] [bʌt; bət]['lɪt(ə)l] [fuːd] [fɔːr; fər][ðə; ði]['bɑːdi] .

Soup	.	—	Soup	,	broth	,	and	beef	tea	furnish	but	little	food	for	the	body	.
汤	.	—	汤	,	肉汤	,	和	牛肉	茶	提供	但	小的	食物	为了	这	身体	.

汤——汤、肉汤和牛肉茶对身体提供的营养价值不高。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] ['veri] ['juːsf(ə)l][ɪn] ['gɪvɪŋ] [ˌjuː 'es][ə; eɪ] [gʊd] ['æpɪtaɪt] [fɔːr; fər][ðə; ði]['riːəl] [fuːd] [tuː; tə][biː; bi]

They	are	very	useful	in	giving	us	a	good	appetite	for	the	real	food	to	be
他们	是	非常	有用	在	给予	我们	一个	好的	食欲	为了	这	真实的	食物	到	是

['iːtn] ['leɪtər] .

eaten	later	.
吃	之后	.

它们有助于让我们胃口大开，以便之后更好地享用真正的食物。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	32	]
[	页	-	]

[第32页]

[ðeɪ] [meɪk] [ðə; ði] ['stʌmək] [goʊ][tuː; tə] [wɜːrk] [mɔːr] ['kwɪkli] [ðæn; ðən] ['ʌðər] [fuːd] .

They	make	the	stomach	go	to	work	more	quickly	than	other	food	.
他们	制作	这	胃	去	到	工作	更多的	迅速地	比	其他	食物	.

它们比其他食物更能加快胃部的工作速度。

[suːp] [ɔːr] [brɔːθ] [ɪz] [meɪd] [frʌm; frəm] [miːt] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][ɑːn][ðə; ði] [stoʊv] [ɪn][koʊld]['wɔːtər] ,

Soup	or	broth	is	made	from	meat	by	placing	it	on	the	stove	in	cold	water	,
汤	或者	肉汤	是	制成	从	肉	经过	放置	它	在	这	火炉	在	寒冷的	水	,

汤或肉汤是用肉在冷水中煮制而成的。

['grædʒuəli] ['hiːtɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd] [ðen] ['kiːpɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][hɑːt] ['sevrəl] ['aʊərz] .

gradually	heating	it	,	and	then	keeping	it	hot	several	hours	.
逐步地	加热	它	,	和	然后	保持	它	热的	一些	小时	.

逐渐加热，然后保温几个小时。

[fɪg] . - — ['iːðər] [gruːp] [ʌv; əv] [fuːdz] [wɪl] [gɪv] [ðə; ði]['bɑːdi][ðə; ði] [seɪm] [streŋθ] [ænd; ənd]

Fig	.	13	—	Either	group	of	foods	will	give	the	body	the	same	strength	and
如图	.	-	—	任何一个	团体	的	食物	将要	给	这	身体	这	相同的	力量	和

['nɜːrɪʃmənt] [fɔːr; fər][wɜːrk][ænd; ənd] [groʊθ] .

nourishment	for	work	and	growth	.
营养	为了	工作	和	生长	.

图 13 —这两组食物都能为身体提供工作和生长所需的相同力量和营养。

['vedʒtəb(ə)lz] . — [sʌm; səm] ['pɜːrsənz] ['nevər] [iːt] [miːt] [ʌv; əv] ['eni] [kaɪnd][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [ɪn'dʒɔɪ] ['betər]

Vegetables	.	—	Some	persons	never	eat	meat	of	any	kind	because	they	enjoy	better
蔬菜	.	—	一些	人	绝不	吃	肉	的	任何	种类	因为	他们	享受	更好的

[helθ] [wen] ['juːzɪŋ]['oʊnli]['vedʒtəb(ə)lz] ,

health	when	using	only	vegetables	,
健康	什么时候	使用	仅有的	蔬菜	,

蔬菜——有些人从不吃任何肉类，因为他们发现只吃蔬菜更健康。

[mɪlk] , [ænd; ənd] [egz] .

milk	,	and	eggs	.
牛奶	,	和	鸡蛋	.

牛奶和鸡蛋。

['piːz] [ænd; ənd] [biːnz] [kən'teɪn] [mʌtʃ] ['mætər] [fɔːr; fər] ['meɪkɪŋ] [nuː] [fleʃ] [ænd; ənd] [blʌd] [ænd; ənd]

Peas	**and**	**beans**	**contain**	**much**	**matter**	**for**	**making**	**new**	**flesh**	**and**	**blood**	**and**
豌豆	和	豆子	包含	很多	事情	为了	制作	新的	肉	和	血	和

['ɔːlsoʊ] [mʌtʃ] [stɑːrtʃ] [tuː; tə] [gɪv] [hiːt] [ænd; ənd] ['paʊər] [tuː; tə][ðə; ði]['bɑːdi] .

also	**much**	**starch**	**to**	**give**	**heat**	**and**	**power**	**to**	**the**	**body**	**.**
还	很多	淀粉	到	给	热	和	力量	到	这	身体	.

豌豆和豆类含有大量用于生成新的肌肉和血液的物质，还含有大量淀粉，可以为身体提供热量和能量。

[pə'tetoz] [fɔːrm][ə; eɪ]['væljuəb(ə)l] [fuːd] .

Potatoes	**form**	**a**	**valuable**	**food**	**.**
土豆	形式	一个	有价值的	食物	.

土豆是一种很有价值的食物。

['roʊstɪd] [pə'tetoz] [ɑːr; ər] [mɔːr] ['helθf(ə)l] [ðæn; ðən] [ðoʊz] [bɔɪld] [ɔːr] [fraɪd] .

Roasted	**potatoes**	**are**	**more**	**healthful**	**than**	**those**	**boiled**	**or**	**fried**	**.**
烤	土豆	是	更多的	健康的	比	那些	煮沸	或者	油煎	.

烤土豆比煮土豆或炸土豆更健康。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] ['riːəl] [fuːd] [ɪn] [ðiːz] ['ɑːrtɪk(ə)lz] .

14	**—**	**The**	**amount**	**of**	**real**	**food**	**in**	**these**	**articles**	**.**
-	—	这	数量	的	真实的	食物	在	这些	文章	.

14 —这些文章中真正的食物含量。

['rædɪʃiz] , ['ʌnjənz] , [ænd; ənd]['kjuːkʌmbərz][ɑːr; ər] [meɪd] ['lɑːrdʒli]

Radishes	**,**	**onions**	**,**	**and**	**cucumbers**	**are**	**made**	**largely**
萝卜	,	洋葱	,	和	黄瓜	是	制成	很大程度上

萝卜、洋葱和黄瓜是主要食材。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**33**	**]**
[	页	-	]

[第33页]

[ʌv; əv]['wɔːtər] .

of	**water**	**.**
的	水	.

水。

['oʊnli][ə; eɪ] [smɔːl] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] [ðiːz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['iːtn] [æt; ət][wʌn] [miːl] [æz; əz][ðə; ði] ['stʌmək]

Only	**a**	**small**	**amount**	**of**	**these**	**should**	**be**	**eaten**	**at**	**one**	**meal**	**as**	**the**	**stomach**
仅有的	一个	小的	数量	的	这些	应该	是	吃	在	一	一顿饭	作为	这	胃

[mʌst; məst][wɜːrk][hɑːrd][tuː; tə] [meɪk] [juːz][ʌv; əv][ðem; ðəm] .

must	**work**	**hard**	**to**	**make**	**use**	**of**	**them**	**.**
必须	工作	难的	到	制作	使用	的	他们	.

每次用餐只能食用少量此类食物，因为胃需要努力消化吸收。

[jʌŋ] [biːts] , ['letɪs] , [ænd; ənd][raɪp] [tə'meɪtoʊz] [meɪ] [biː; bi] ['iːtn] [baɪ] [jʌŋ] [ænd; ənd][oʊld] .

Young	**beets**	**,**	**lettuce**	**,**	**and**	**ripe**	**tomatoes**	**may**	**be**	**eaten**	**by**	**young**	**and**	**old**	**.**
年轻的	甜菜	,	莴苣	,	和	成熟	西红柿	可能	是	吃	经过	年轻的	和	老的	.

幼嫩的甜菜、生菜和成熟的西红柿，老少皆宜食用。

[ðeɪ] [kən'teɪn] ['juːsf(ə)l]['mɪnɝəlz, 'mɪnrəlz][ænd; ənd] [help] [kiːp] [ðə; ði]['bɑːdi][ɪn][ə; eɪ] ['helθf(ə)l] [kən'dɪʃ(ə)n] .

They	**contain**	**useful**	**minerals**	**and**	**help**	**keep**	**the**	**body**	**in**	**a**	**healthful**	**condition**	**.**
他们	包含	有用	矿物	和	帮助	保持	这	身体	在	一个	健康的	状况	.

它们含有有益的矿物质，有助于保持身体健康。

[ðə; ði] ['sɪrɪəls] [ɔːr] [greɪn] [fuːdz] . — [ðiːz] [fuːdz] [ɑːr; ər] ['iːtn] [ɪn][ðə; ði][fɔːrm][ʌv; əv] [bred] , ['oʊtmiːl]

The	Cereals	or	Grain	Foods	.	—	These	foods	are	eaten	in	the	form	of	bread	,	oatmeal
这	谷物	或者	粮食	食物	.	—	这些	食物	是	吃	在	这	形式	的	面包	,	麦片

, [kɔːrn] [miːl] ,

,	corn	meal	,
,	玉米	一顿饭	,

谷物或谷类食品——这些食品以面包、燕麦片、玉米粉等形式食用。

[raɪs] , [ænd; ənd] ['brekfəst] [fuːdz] .

rice	,	and	breakfast	foods	.
米	,	和	早餐	食物	.

米饭和早餐食品。

[ɔːl] [ʌv; əv] [ðiːz] ['fɜːrnɪʃ] [mʌtʃ] ['mætər] [tuː; tə]['streŋ(k)θ(ə)n][ðə; ði]['bɑːdi][ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː] [groʊ] .

All	of	these	furnish	much	matter	to	strengthen	the	body	and	make	it	grow	.
全部	的	这些	提供	很多	事情	到	加强	这	身体	和	制作	它	生长	.

这些都能提供大量物质，强健体魄，促进身体生长。

[bred] [ænd; ənd] ['bʌtər] [wɪð; wɪθ] [raɪs] [ɑːr; ər] ['eksələnt] [fuːdz] [fɔːr; fər] ['tʃɪldrən] .

Bread	and	butter	with	rice	are	excellent	foods	for	children	.
面包	和	黄油	和	米	是	出色的	食物	为了	孩子们	.

面包配黄油和米饭是非常适合孩子吃的食物。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ]['bɑːt(ə)l][ʌv; əv] [bɪr] .

15	—	A	bottle	of	beer	.
-	—	一个	瓶子	的	啤酒	.

15——一瓶啤酒。

[ðə; ði] ['dɑːtɪd] [pɑːrt][æt; ət][ðə; ði][tɑːp] [ʃoʊz] [haʊ] [mʌtʃ] ['bɑːdi] - ['bɪldɪŋ] [fuːd] [ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] .

The	dotted	part	at	the	top	shows	how	much	body	-	building	food	it	contains	.
这	虚线	部分	在	这	顶部	演出	如何	很多	身体	-	建筑	食物	它	包含	.

顶部的虚线部分显示了它所含的健美食品的量。

[fruːts] . — ['veri] [fjuː] ['piːp(ə)l] [kæn; kən] [rɪ'meɪn] [wel] [lɔːŋ] [wɪ'ðaʊt] ['iːtɪŋ] [fruːt] [ʌv; əv][sʌm; səm][kaɪnd]

Fruits	.	—	Very	few	people	can	remain	well	long	without	eating	fruit	of	some	kind
水果	.	—	非常	很少	人们	能	保持	出色地	长的	没有	吃	水果	的	一些	种类

.

:
.

水果——很少有人能在不吃任何水果的情况下保持健康。

[raɪp] ['æplz] , [perz] , [plʌmz] , ['piːtʃɪz] , ['beriz] , [ænd; ənd] ['tʃeriːz] ['fɜːrnɪʃ]

Ripe	apples	,	pears	,	plums	,	peaches	,	berries	,	and	cherries	furnish
成熟	苹果	,	梨	,	李子	,	桃子	,	浆果	,	和	樱桃	提供

成熟的苹果、梨、李子、桃子、浆果和樱桃提供了

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	34	]
[	页	-	]

[第34页]

['juːsf(ə)l][sɔːlts][tuː; tə][ðə; ði]['bɑːdi][ænd; ənd]['ɔːlsoʊ][help][ðə; ði] ['stʌmək] [ænd; ənd] [fuːd] [tuːb] [duː][ðer; ðər]

useful	salts	to	the	body	and	also	help	the	stomach	and	food	tube	do	their
有用	盐	到	这	身体	和	还	帮助	这	胃	和	食物	管子	做	他们的

[wɜːrk] [ɪn][ə; eɪ] [mɔːr] ['helθf(ə)l] [weɪ] .

work	in	a	more	healthful	way	.
工作	在	一个	更多的	健康的	方式	.

这些盐分对身体有益，还能帮助胃和食道以更健康的方式发挥作用。

[fruːts] ['ɔːlsoʊ] [ɪn'kriːs] [ðə; ði] ['æpɪtaɪt] .

Fruits	**also**	**increase**	**the**	**appetite**	**.**
水果	还	增加	这	食欲	.

水果也能增进食欲。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

[griːn] [fruːt] [ænd; ənd] [fruːt] [wɪtʃ] [ɪz] [ˌoʊvər'raɪp] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [biː; bi] ['iːtn] .

Green	fruit	and	fruit	which	is	overripe	should	never	be	eaten	.
绿色的	水果	和	水果	哪个	是	过熟	应该	绝不	是	吃	.

青果和过熟的水果绝对不能食用。

[egz] . — [egz] [fɔːrm] [ə; eɪ] [gʊd] [fuːd] [fɔːr; fər] ['nɪrli] ['evribɑːdi; 'evribʌdi] ,

Eggs	.	—	Eggs	form	a	good	food	for	nearly	everybody	,
鸡蛋	.	—	鸡蛋	形式	一个	好的	食物	为了	几乎	大家	,

鸡蛋——鸡蛋几乎适合所有人食用。

[bʌt; bət] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['speʃəli] ['niːdɪd] [baɪ] [ðə; ði] [jʌŋ] [ænd; ənd] ['ʌðər] ['pɝːsənz] [wɪð; wɪθ] [wiːk]

but	they	are	specially	needed	by	the	young	and	other	persons	with	weak
但	他们	是	特别	需要	经过	这	年轻的	和	其他	人	和	虚弱的

['bɑːdɪz] .

bodies	.
身体	.

但对于年轻人和其他体弱者来说，它们尤其重要。

[ðeɪ] [kæn; kən] [rɪ'per] [ðə; ði] [wɔːrn] - [aʊt] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] [ænd; ənd] ['ɔːlsoʊ] [help] [ˌaɪ 'tiː] [duː] [ɪts]

They	can	repair	the	worn	-	out	parts	of	the	body	and	also	help	it	do	its
他们	能	维修	这	磨损	-	出去	部分	的	这	身体	和	还	帮助	它	做	它是

[wɜːrk] .

work	.
工作	.

它们可以修复身体磨损的部位，还可以帮助身体正常运转。

[egz] [ɑːr; ər] [moʊst] ['helθf(ə)l] [wen] ['iːtn] [rɔː] [ɔːr] [sɔːft] [kʊkt] .

Eggs	are	most	healthful	when	eaten	raw	or	soft	cooked	.
鸡蛋	是	最多	健康的	什么时候	吃	生的	或者柔软的		煮熟	.

鸡蛋生吃或半熟吃最有营养。

[ðə; ði] [best] [weɪ] [tuː; tə] [kʊk] [ðem; ðəm] [θruː] ['iːvnli] [ɪz] [tuː; tə] [pʊt] [ðem; ðəm] [ɪn] [ə; eɪ] [pæn] [ɔːf] [ðə; ði]

The	best	way	to	cook	them	through	evenly	is	to	put	them	in	a	pan	off	the
这	最好的	方式	到	厨师	他们	通过	均匀地	是	到	放	他们	在	一个	平底锅	离开	这

[stoʊv] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [ə'baʊt] [ə; eɪ] [kwɔːrt] [ʌv; əv] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] [fɔːr; fər] ['evri] [θriː] [egz] .

stove	and	add	about	a	quart	of	boiling	water	for	every	three	eggs	.
火炉	和	添加	关于	一个	夸脱	的	沸腾	水	为了	每一个	三	鸡蛋	.

要使鸡蛋均匀煮熟，最好的方法是将鸡蛋放在炉子外的平底锅中，每三个鸡蛋加入约一夸脱沸水。

['kʌvər] [ænd; ənd] [let] [ðem; ðəm] [kʊk] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] .

Cover	and	let	them	cook	fifteen	minutes	.
覆盖	和	让	他们	厨师	十五	分钟	.

盖上盖子，煮十五分钟。

[egz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] [ɪn] [ə; eɪ] [koʊld] [ruːm] [ɔːr] ['selər] [ʌn'tɪl] [juːst] .

Eggs	should	be	kept	in	a	cold	room	or	cellar	until	used	.
鸡蛋	应该	是	保留	在	一个	寒冷的	房间	或者	地窖	直到	用过的	.

鸡蛋应存放在冷藏室或地窖中，直至使用。

[ðeɪ] [bɪ'kʌm] [steɪl] [ɪn] [les] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] [wiːk] [wen] [left] [ɪn] [ə; eɪ] [wɔːrm] ['lɪvɪŋ] [ruːm] [ænd; ənd]

They	become	stale	in	less	than	a	week	when	left	in	a	warm	living	room	and
他们	变得	陈旧	在	较少的	比	一个	星期	什么时候	左边	在	一个	温暖的	活的	房间	和

[meɪ] [get] [ə; eɪ] [bæd] [teɪst] [wen] ['oʊnli] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] [deɪz] [oʊld] .

may	get	a	bad	taste	when	only	three	or	four	days	old	.
可能	得到	一个	坏的	品尝	什么时候	仅有的	三	或者	四	天	老的	.

如果放在温暖的客厅里，不到一周就会变质，而且放三四天就会变质。

[sɔ:lt] , ['pepər] , [ænd; ənd] ['vɪnɪgər] . — ['i:tɪŋ] [mʌtʃ] [sɔ:lt][ɪz]['hɑ:rmf(ə)l] .

Salt	,	Pepper	,	and	Vinegar	.	—	Eating	much	salt	is	harmful	.
盐	,	胡椒	,	和	醋	.	—	吃	很多	盐	是	有害	.

盐、胡椒和醋——摄入过多的盐是有害的。

[ə; eɪ] [smɔ:l] ['kwɑ:ntəti] [ʌv; əv] [sɔ:lt] [ænd; ənd] ['pepər] [ɪn'kri:sɪz] [ðə; ði] ['æpɪtaɪt] [ænd; ənd] [meɪks] [ðə; ði]

A	small	quantity	of	salt	and	pepper	increases	the	appetite	and	makes	the
一个	小的	数量	的	盐	和	胡椒	增加	这	食欲	和	制作	这

['stʌmək] [du:] [ɪts] [wɜ:rk] ['betər] .

stomach	do	its	work	better	.
胃	做	它是	工作	更好的	.

少量的盐和胡椒粉可以增进食欲，使胃更好地工作。

['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd] [ju:z] ['veri] ['lɪt(ə)l] ['pepər] [ænd; ənd] ['ɔ:lmoʊst] [noʊ] ['vɪnɪgər] [ænd; ənd] ['mʌstərd] .

Children	should	use	very	little	pepper	and	almost	no	vinegar	and	mustard	.
孩子们	应该	使用	非常	小的	胡椒	和	几乎	不	醋	和	芥末	.

儿童应该少放胡椒粉，几乎不放醋和芥末。

[tə'bækoʊ] . — [sʌm; səm] ['pi:p(ə)l] [θɪŋk] [tə'bækoʊ] [ɪz] [ə; eɪ] [fu:d] [bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z] [ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [meɪd] [frʌm; frəm]

Tobacco	.	—	Some	people	think	tobacco	is	a	food	because	it	is	made	from
烟草	.	—	一些	人们	思考	烟草	是	一个	食物	因为	它	是	制成	从

[ðə; ði] [li:vz] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [plænt] .

the	leaves	of	a	plant	.
这	树叶	的	一个	植物	.

烟草——有些人认为烟草是食物，因为它是由植物的叶子制成的。

['ʌðər] ['pi:p(ə)l] [θɪŋk] [tə'bækoʊ] [ɪz] [ə; eɪ] [fu:d] [bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z] [ðeɪ] [du:] [nɑ:t] [fi:l] ['hʌŋgri] ['æftər] ['smoʊkɪŋ]

Other	people	think	tobacco	is	a	food	because	they	do	not	feel	hungry	after	smoking
其他	人们	思考	烟草	是	一个	食物	因为	他们	做	不是	感觉	饥饿的	后	吸烟

[ɔ:r] ['tʃu:ɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] .

or	chewing	it	.
或者	咀嚼	它	.

有些人认为烟草是食物，因为他们在吸食或咀嚼烟草后不会感到饥饿。

[ðə; ði] [tru:θ]

The	truth
这	真相

真相

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	35	]
[	页	-	]

[第35页]

[ɪz] [ðæt] [tə'bækoʊ] [ɪz] [ʌv; əv] [noʊ] [ju:z] [tu:; tə] [ðə; ði] ['bɑ:di] [æz; əz] [ə; eɪ] [fu:d] [ænd; ənd] [meɪ] [du:] [ˌaɪ 'ti:] [mʌtʃ]

is	that	tobacco	is	of	no	use	to	the	body	as	a	food	and	may	do	it	much
是	那	烟草	是	的	不	使用	到	这	身体	作为	一个	食物	和	可能	做	它	很多

[hɑ:rm] [bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['pɔɪzn] [ˌaɪ 'ti:] [kən'teɪnz] .

harm	because	of	the	poison	it	contains	.
伤害	因为	的	这	毒	它	包含	.

烟草作为食物对身体没有任何益处，而且由于含有毒素，可能会对身体造成很大的伤害。

[tə'bækoʊ] ['sætɪsfaɪz] ['hʌŋgər] ['sʌmwʌt] [baɪ] ['dednɪŋ] [ðə; ði] [pɑ:rts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑ:di] [ðæt] [ɑ:r; ər]

Tobacco	satisfies	hunger	somewhat	by	deadening	the	parts	of	the	body	that	are
烟草	满足	饥饿	有些	经过	麻木	这	部分	的	这	身体	那	是

['kɔ:lɪŋ] [fɔ:r; fər] [fu:d] .

calling	for	food	.
呼叫	为了	食物	.

烟草通过麻痹身体中发出进食信号的部分，在一定程度上满足饥饿感。

[bɪr] . — [ðə; ði] ['pi:p(ə)l] [hu:] [meɪk] [bɪr] [ænd; ənd] [sel] [ˌaɪ 'ti:] [seɪ] [ðæt] [ˌaɪ 'ti:][ɪz][ə; eɪ] [fu:d] .

Beer	**.**	**—**	**The**	**people**	**who**	**make**	**beer**	**and**	**sell**	**it**	**say**	**that**	**it**	**is**	**a**	**food**	**.**
啤酒	.	—	这	人们	WHO	制作	啤酒	和	卖	它	说	那	它	是	一个	食物	.

啤酒——酿造和销售啤酒的人说，啤酒是一种食品。

[men] [hu:] [hæv; həv][noʊ] ['ɪntrəst] [ɪn] ['selɪŋ] [bɪr] ,

Men	**who**	**have**	**no**	**interest**	**in**	**selling**	**beer**	**,**
男人	WHO	有	不	兴趣	在	销售	啤酒	,

对卖啤酒没有兴趣的男人们

[ænd; ənd][hæv; həv] [ɪk'spɛrəməntəd] [wɪð; wɪθ][ˌaɪ 'ti:][tu:; tə][faɪnd] [aʊt] ['weðər] [ˌaɪ 'ti:] ['streŋθnz] [ðə; ði]

and	**have**	**experimented**	**with**	**it**	**to**	**find**	**out**	**whether**	**it**	**strengthens**	**the**
和	有	实验	和	它	到	寻找	出去	无论	它	加强	这

['bɑ:di] ,

body	**,**
身体	,

并进行了实验，以了解它是否能强身健体。

[seɪ] [ðæt] [bɪr] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [bi:; bi] [ju:st] [æz; əz][ə; eɪ] [fu:d] .

say	**that**	**beer**	**should**	**never**	**be**	**used**	**as**	**a**	**food**	**.**
说	那	啤酒	应该	绝不	是	用过的	作为	一个	食物	.

有人说啤酒绝对不能当食物吃。

[ˌaɪ 'ti:]['ɔ:f(ə)n] [tendz] [tu:; tə] ['wi:kən] [ðə; ði]['bɑ:di] .

It	**often**	**tends**	**to**	**weaken**	**the**	**body**	**.**
它	经常	倾向于	到	削弱	这	身体	.

它往往会削弱身体机能。

['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [ju:z] [bɪr] [æt; ət] ['eni] [taɪm] ,

Children	**should**	**never**	**use**	**beer**	**at**	**any**	**time**	**,**
孩子们	应该	绝不	使用	啤酒	在	任何	时间	,

儿童任何时候都不应该饮用啤酒。

[ænd; ənd]['oʊldər] ['pi:p(ə)l] [kæn; kən] ['sʌmtaɪmz] [ə'vɔɪd] [dɪ'zi:z] [baɪ] ['letɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] [ə'loʊn] .

and	**older**	**people**	**can**	**sometimes**	**avoid**	**disease**	**by**	**letting**	**it**	**alone**	**.**
和	老	人们	能	有时	避免	疾病	经过	出租	它	独自的	.

老年人有时可以通过顺其自然来避免患病。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	**QUESTIONS1**	**.**
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[wɪtʃ] [ɑ:r; ər][ðə; ði] [best] [mi:ts] [fɔ:r; fər] [fu:d] ? [ˌtu:'tu:] .

Which	**are**	**the**	**best**	**meats**	**for**	**food**	**?**	**2**	**.**
哪个	是	这	最好的	肉类	为了	食物	?	2	.

哪些肉类最适合食用？2.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [wi:; wi][nɑ:t] [i:t] [mi:t] [æt; ət] ['evri] [mi:l] ? [θri:] .

Why	**should**	**we**	**not**	**eat**	**meat**	**at**	**every**	**meal**	**?**	**3**	**.**
为什么	应该	我们	不是	吃	肉	在	每一个	一顿饭	?	3	.

为什么我们不能每餐都吃肉？3.

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd] [mi:t] [bi:; bi] [kʊkt] [tu:; tə] [meɪk] [ˌaɪ 'ti:][moʊst] ['tendər] ? [fɔ:r] .

How	**should**	**meat**	**be**	**cooked**	**to**	**make**	**it**	**most**	**tender**	**?**	**4**	**.**
如何	应该	肉	是	煮熟	到	制作	它	最多	投标	?	4	.

4. 怎样烹饪肉才能使其最嫩？

[haʊ] [ɪz] [su:p] [ɔ:r] [brɔ:θ] [meɪd] ? [faɪv] .

How	**is**	**soup**	**or**	**broth**	**made**	**?**	**5**	**.**
如何	是	汤	或者	肉汤	制成	?	5	.

汤或肉汤是如何制作的？5.

[neɪm] [ðə; ðɪ] [best] ['vedʒtəb(ə)lz] [fɔːr; fər] [fuːd] . [sɪks] .

Name	**the**	**best**	**vegetables**	**for**	**food**	**.**	**6**	**.**
姓名	这	最好的	蔬菜	为了	食物	.	6	.

列举6种最适合食用的蔬菜。

[neɪm] [sʌm; səm] [gʊd] [greɪn] [fuːdz] . ['sɛvən] .

Name	**some**	**good**	**grain**	**foods**	**.**	**7**	**.**
姓名	一些	好的	粮食	食物	.	7	.

请列举一些优质的谷物食品。7.

[ʌv; əv] [wʌt] [juːz] [ɑːr; ər] [fruːts] ? [eɪt] .

Of	**what**	**use**	**are**	**fruits**	**?**	**8**	**.**
的	什么	使用	是	水果	?	8	.

水果有什么用？8.

[wʌt] [kæn; kən] [juː; jʊ] [seɪ] [ʌv; əv] [ðə; ðɪ] [juːz] [ʌv; əv] [egz] ? [naɪn] .

What	**can**	**you**	**say**	**of**	**the**	**use**	**of**	**eggs**	**?**	**9**	**.**
什么	能	你	说	的	这	使用	的	鸡蛋	?	9	.

关于鸡蛋的用途，您有什么看法？9.

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd] [egz] [biː; bi] [kɛəd] [fɔːr; fər] ? - .

How	**should**	**eggs**	**be**	**cared**	**for**	**?**	**10**	**.**
如何	应该	鸡蛋	是	关心	为了	?	-	.

鸡蛋应该如何保养？10.

[wʌt] [kæn; kən] [juː; jʊ] [seɪ] [ʌv; əv] [ðə; ðɪ] [juːz] [ʌv; əv] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepər] ? - .

What	**can**	**you**	**say**	**of**	**the**	**use**	**of**	**salt**	**and**	**pepper**	**?**	**11**	**.**
什么	能	你	说	的	这	使用	的	盐	和	胡椒	?	-	.

关于盐和胡椒的用途，您有什么看法？11.

[waɪ] [dʌz] [tə'bækoʊ] ['sætɪsfaɪ] ['hʌŋgər] ? - .

Why	**does**	**tobacco**	**satisfy**	**hunger**	**?**	**12**	**.**
为什么	做	烟草	满足	饥饿	?	-	.

为什么烟草能满足饥饿感？12.

[ʌv; əv] [wʌt] ['vælju:] [ɪz] [bɪr] [fɔːr; fər] [fuːd] ?

Of	**what**	**value**	**is**	**beer**	**for**	**food**	**?**
的	什么	价值	是	啤酒	为了	食物	?

啤酒作为食物有什么价值?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**36**	**]**
[	页	-	]

[第36页]

['tʃæptər] [viː]

CHAPTER	**V**
章	V

第五章

[haʊ] [plænts] ['saʊər] [ɔːr] [spɔɪl] [fuːd]

HOW	**PLANTS**	**SOUR**	**OR**	**SPOIL**	**FOOD**
如何	植物	酸的	或者	剧透	食物

植物如何使食物变酸或腐烂

[dʒəːmz] , ['maɪkrəʊbz] ,

Germs	**,**	**Microbes**	**,**
细菌	,	微生物	,

细菌、微生物、

[ɔːr] [bækˈtɪrɪə] . — [ðə; ði] [dʌst] [ænd; ənd][dɜːrt][ʌv; əv][ɔːl] [ˈsɔrts] [kənˈteɪn] [ˈθaʊzəndz, ˈθaʊzənz][ʌv; əv][ˈtaɪni]

or	Bacteria	.	—	The	dust	and	dirt	of	all	sorts	contain	thousands	of	tiny
或者	细菌	.	—	这	灰尘	和	污垢	的	全部	排序	包含	数千	的	微小的

[plænts] [tuː] [smɔːl] [tuː; tə][biː; bi] [siːn] [baɪ][ðə; ði] [aɪ] [wɪˈðaʊt] [help] .

plants	too	small	to	be	seen	by	the	eye	without	help	.
植物	也	小的	到	是	已见	经过	这	眼睛	没有	帮助	.

或者细菌。——各种灰尘和污垢中含有成千上万的微小植物，肉眼无法直接看到。

[æn; ən] [ˈɪnstrəmənt] [kɔːld] [ə; eɪ][ˈmaɪkrəskoʊp] [meɪks] [ðem; ðəm] [əˈpɪr] [soʊ][lɑːrdʒ] [ðæt] [ðer; ðər][fɔːrm]

An	instrument	called	a	microscope	makes	them	appear	so	large	that	their	form
一个	乐器	称为	一个	显微镜	制作	他们	出现	所以	大的	那	他们的	形式

[ænd; ənd] [groʊθ] [ɑːr; ər] [ˈiːzəli] [ˈstʌdid] .

and	growth	are	easily	studied	.
和	生长	是	容易地	研究	.

显微镜这种仪器能使它们看起来非常大，从而可以很容易地研究它们的形状和生长情况。

[ðiːz] [ˈlɪt(ə)l] [plænts] [ɑːr; ər] [kɔːld] [dʒəːmz][ɔːr]['maɪkrəʊbz] .

These	little	plants	are	called	germs	or	microbes	.
这些	小的	植物	是	称为	细菌	或者	微生物	.

这些微小的植物被称为细菌或微生物。

[ðeɪ] [ɑːr; ər][ˈɔːlsoʊ] [neɪmd] [bækˈtɪriə] .

They	are	also	named	bacteria	.
他们	是	还	命名	细菌	.

它们也被称为细菌。

[ðeɪ] [ɑːr; ər][soʊ] [smɔːl] [ðæt] [ə; eɪ] [ˈmɪljən] [leɪd] [saɪd][baɪ][saɪd] [wʊd] [nɑːt] [ˈkʌvər] [ðə; ði] [hed] [ʌv; əv][ə; eɪ]

They	are	so	small	that	a	million	laid	side	by	side	would	not	cover	the	head	of	a
他们	是	所以	小的	那	一个	百万	铺设	边	经过	边	会	不是	覆盖	这	头	的	一个

[pɪn] .

pin	.
别针	.

它们非常小，即使一百万个并排摆放，也盖不住一根针的头。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [bækˈtɪriə] [ɔːr]['maɪkrəʊbz] [faʊnd] [ɪn][ˈwɔːtər] , [dʌst] , [ænd; ənd] [weɪst] .

16	—	Bacteria	or	microbes	found	in	water	,	dust	,	and	waste	.
-	—	细菌	或者	微生物	成立	在	水	,	灰尘	,	和	浪费	.

16 —存在于水、灰尘和废物中的细菌或微生物。

[ðeɪ] [help] [tʃeɪndʒ] [strɔː] [ænd; ənd] [ˈʌðər] [ded] [ˈmætər] [ˈɪntuː] [fuːd] [fɔːr; fər][plænts] .

They	help	change	straw	and	other	dead	matter	into	food	for	plants	.
他们	帮助	改变	稻草	和	其他	死的	事情	进入	食物	为了	植物	.

它们有助于将稻草和其他枯死物质转化为植物的养分。

[mʌtʃ] [ɪnˈlɑːrdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[ðer; ðər][ɑːr; ər] [ˈhʌndrədz] [ʌv; əv] [ˈdɪfrənt] [kaɪndz][ʌv; əv][dʒəːmz] .

There	are	hundreds	of	different	kinds	of	germs	.
那里	是	数百	的	不同的	种类	的	细菌	.

细菌种类繁多，数以百计。

[sʌm; səm][ɑːr; ər] [raʊnd] [laɪk] [ˈlɪt(ə)l] [bɔːlz] [ænd; ənd] [ˈʌðər] [ɑːr; ər][ðə; ði] [ʃeɪp] [ʌv; əv][ˈtaɪni][rɑːdz] .

Some	are	round	like	little	balls	and	others	are	the	shape	of	tiny	rods	.
一些	是	圆形的	喜欢	小的	球	和	其他的	是	这	形状	的	微小的	杆	.

有些呈圆形，像小球一样；有些呈细棒状。

['meni] [ʌv; əv][ðem; ðəm] [wɪtʃ] [lʊk] [dʒʌst]
Many of them which look just
许多 的 他们 哪个 看 只是

它们中的许多看起来就像

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 37]
[页 -]

[第37页]

[ə'laɪk] [ækt] ['veri] ['dɪfrənt] [ɪn] ['groʊɪŋ] .
alike act very different in growing .
同样 行为 非常 不同的 在 生长 .

相似的物种在生长过程中表现截然不同。

[ðer; ðər][ɑːr; ər] [mɔːr] [ðæn; ðən] ['twenti] ['dɪfrənt] [kaɪndz] [ðæt] [groʊ] [ɪn]['aʊər; ɑːr] ['bɑːdɪz] [ænd; ənd] [kɔːz]
There are more than twenty different kinds that grow in our bodies and cause
那里 是 更多的 比 二十 不同的 种类 那 生长 在 我们的 身体 和 原因
[dɪf'θɪriəˌdɪp'θɪriə] ,
diphtheria ,
白喉 ,

人体内生长并引起白喉的细菌种类超过二十种。

[tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] , [ænd; ənd] ['ʌðər] [dɪ'ziːzɪz] .
tuberculosis , and other diseases .
结核 , 和 其他 疾病 .

肺结核及其他疾病。

[wiː; wi][hæv; həv] ['miːz(ə)lz] [ænd; ənd]['skɑːrlət] ['fiːvər] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][wiː; wi][hæv; həv] ['gɑːtn] [ðiːz] [dɪ'ziːz]
We have measles and scarlet fever because we have gotten these disease
我们 有 麻疹 和 猩红 发烧 因为 我们 有 获得 这些 疾病
[dʒəːmz][frʌm; frəm][sʌm; səm][wʌn] [els] [ɪn] [huːm] [ðeɪ] [wɜːr; wər] ['groʊɪŋ] .
germs from some one else in whom they were growing .
细菌 从 一些 一 别的 在 谁 他们 是 生长 .

我们得了麻疹和猩红热，是因为我们从别人身上感染了这些致病细菌，这些细菌在别人体内滋生。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [moʊld] [wɪtʃ] [gruː] [ɑːn] [mɔɪst] [bred] [ɪn] [tuː] [deɪz] .
17 — Mold which grew on moist bread in two days .
- — 模具 哪个 生长 在 潮湿 面包 在 二 天 .

17 —两天内，潮湿面包上长出了霉菌。

[faɪv] , [siːd] ['bɑːdɪz] ['breɪkɪŋ] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] [sæk] ; [wʌn] , [ˌtuː'tuː] , [ænd; ənd][fɔːr] ,
5 , seed bodies breaking out of the sack ; 1 , 2 , and 4 ,
5 , 种子 身体 打破 出去 的 这 解雇 ; 1 , 2 , 和 4 ,

5、种子体从种囊中破出；1、2和4、

[wʌn][ʌv; əv][ðə; ði] [siːd] ['bɑːdɪz] ['æftər][wʌn] , [tuː] , [ænd; ənd] [fɔːr] ['aʊərz] - [groʊθ] .
one of the seed bodies after one , two , and four hours ' growth .
一 的 这 种子 身体 后 一 , 二 , 和 四 小时 - 生长 .

种子体在生长一小时、两小时和四小时后的图像。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːrdʒd] .
Much enlarged .
很多 放大 .

尺寸大幅增大。

[moʊst][dʒəːmz] [fiːd] [ɑːn] [ded] ['mætər] [ɪn'sted] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] ['lɪvɪŋ] ['bɑːdɪz] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː]

Most	germs	feed	on	dead	matter	instead	of	our	living	bodies	and	make	it
最多	细菌	喂养	在	死的	事情	反而	的	我们的	活的	身体	和	制作	它

[melt] [əˈweɪ] [ɔːr] [tʃeɪndʒ] ['ɪntuː] [ə'nʌðər] [fɔːrm] .

melt	away	or	change	into	another	form	.
熔化	离开	或者	改变	进入	其他	形式	.

大多数细菌以死亡的有机物为食，而不是以我们的活体为食，它们会使有机物分解或变成另一种形式。

[æn; ən]['æp(ə)l][ɔːr][ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [miːt] [θroʊn] [aʊt] [ɑːn][ðə; ði] [graʊnd] [wɪl] [suːn] [tʃeɪndʒ] [ænd; ənd]

An	apple	or	a	piece	of	meat	thrown	out	on	the	ground	will	soon	change	and
一个	苹果	或者	一个	片	的	肉	抛掷	出去	在	这	地面	将要	很快	改变	和

[bɪ'kʌm] [laɪk] [ðə; ði] [ɜːrθ] [ɑːn] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː] [laɪz] .

become	like	the	earth	on	which	it	lies	.
变得	喜欢	这	地球	在	哪个	它	谎言	.

扔在地上的苹果或肉块很快就会改变，变得和它所处的泥土一样。

[ðə; ði] [tʃeɪndʒ] , [kɔːld] [dɪ'keɪ] , [ɪz] [kɔːzd] [baɪ] ['mɪljənz] [ʌv; əv][dʒəːmz] .

The	change	,	called	decay	,	is	caused	by	millions	of	germs	.
这	改变	,	称为	衰变	,	是	导致	经过	百万	的	细菌	.

这种被称为腐烂的变化是由数百万细菌引起的。

[ðə; ði] ['fɑːrmɚz] [best] [frendz] [ɑːr; ər]['sɜːrt(ə)n][dʒəːmz] [wɪtʃ] [help] [meɪk] [ðə; ði] [graʊnd] [rɪtʃ] ,

The	farmer's	best	friends	are	certain	germs	which	help	make	the	ground	rich	,
这	农民的	最好的	朋友们	是	肯定	细菌	哪个	帮助	制作	这	地面	富有的	,

农民最好的朋友是某些能帮助土壤变得肥沃的细菌。

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði][krɑːps] [wɪl] [groʊ] .

so	that	the	crops	will	grow	.
所以	那	这	农作物	将要	生长	.

这样庄稼才能生长。

[moʊld] . — [ðə; ði] [dʌst] [reɪzd] [ɪn] ['swiːpɪŋ] [kən'teɪnz] ['taɪni] ['lɪvɪŋ] ['siːdˌlaɪk] ['bɑːdɪz] .

Mold	.	—	The	dust	raised	in	sweeping	contains	tiny	living	seedlike	bodies	.
模具	.	—	这	灰尘	提高	在	扫荡	包含	微小的	活的	种子状	身体	.

霉菌——清扫时扬起的灰尘中含有微小的活体种子状生物。

[ɪf] [ðiːz] [fɔːl] [ɑːn] [bred] , [tʃiːz] , [ɔːr] [fruːt] ,

If	these	fall	on	bread	,	cheese	,	or	fruit	,
如果	这些	落下	在	面包	,	奶酪	,	或者	水果	,

如果这些粉末落在面包、奶酪或水果上，

[ænd; ənd] [ðɪs] [fuːd] [ɪz] ['æftərwərd] [kept] [mɔɪst] [ɪn][ə; eɪ][wɔːrm] [ruːm] [fɔːr; fər][ə; eɪ] [deɪ] [ɔːr] [tuː] ,

and	this	food	is	afterward	kept	moist	in	a	warm	room	for	a	day	or	two	,
和	这	食物	是	之后	保留	潮湿	在	一个	温暖的	房间	为了	一个	天	或者	二	,

然后将这种食物放在温暖的房间里保持湿润一两天。

[ðeɪ] [wɪl] [groʊ] ['ɪntuː] ['greɪɪʃ] ['flʌfi] [spɑːts] .

they	will	grow	into	grayish	fluffy	spots	.
他们	将要	生长	进入	灰蒙蒙的	蓬松的	地点	.

它们会逐渐长成灰白色的绒毛状斑点。

[ðiːz] [spɑːts][ɑːr; ər][moʊld] .

These	spots	are	mold	.
这些	地点	是	模具	.

这些斑点是霉菌。

[ðə; ði] ['griːnɪʃ] [waɪt] [groʊθ] [ɑːn][ðə; ði][tɑːp][ʌv; əv][sʌm; səm] [kænd]

The	greenish	white	growth	on	the	top	of	some	canned
这	绿绿色	白色的	生长	在	这	顶部	的	一些	罐装

罐头顶部的绿白色霉菌

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 38]
[页 -]

[第38页]

[fruːt] [ænd; ənd] [ɑːn] ['beriz] [left] [ɪn] [ðə; ði] [wɔːrm] ['kɪtʃɪn] ['oʊvər] [naɪt] [ɪz] ['ɔːlsoʊ] [moʊld] .
fruit and on berries left in the warm kitchen over night is also mold .
水果 和 在 浆果 左边 在 这 温暖的 厨房 超过 夜晚 是 还 模具 .

水果和浆果在温暖的厨房里过夜后也会发霉。

[moʊld] [ɪz] [ə; eɪ] [plænt] [wɪtʃ] [grəuz] [frʌm; frəm] ['taɪni] [raʊnd] ['bɑːdɪz] ['æktɪŋ] [laɪk] [siːdz] ([fɪg] . -) .
Mold is a plant which grows from tiny round bodies acting like seeds (Fig . 17) .
模具 是 一个 植物 哪个 生长 从 微小的 圆形的 身体 表演 喜欢 种子 (如图 . -) .

霉菌是一种植物，它从像种子一样的微小圆形体中生长出来（图 17）。

[ðiːz] [siːd] ['bɑːdɪz] [ʌv; əv] [moʊld] [ɑːr; ər] ['kɑːmən] [ɪn] [ɔːl] [dʌst] [ænd; ənd] ['ɔːf(ə)n] [flai] [θruː] [ðə; ði] [er] .
These seed bodies of mold are common in all dust and often fly through the air .
这些 种子 身体 的 模具 是 常见的 在 全部 灰尘 和 经常 飞 通过 这 空气 .

这些霉菌的种子体在各种灰尘中都很常见，并且经常随空气传播。

[ɑːn] [ðɪs] [ə'kaʊnt] [fuːd] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] ['kʌvərd] [wen] ['pɑːsəb(ə)l] [ænd; ənd] [ɪ'speʃəli] [wen] [wʌn] [ɪz] ['swiːpɪŋ] .
On this account food should be kept covered when possible and especially when one is sweeping .
在 这 帐户 食物 应该 是 保留 涵盖 什么时候 可能的 和 尤其 什么时候 一 是 扫荡 .

因此，食物应尽可能盖好，尤其是在扫地的时候。

[sʌm; səm] [moʊld] ['gɪvz] [bred] , [tʃiːz] , [ænd; ənd] ['ʌðər] [fuːd] [ə; eɪ] [bæd] [teɪst] ,
Some mold gives bread , cheese , and other food a bad taste ,
一些 模具 给予 面包 , 奶酪 , 和 其他 食物 一个 坏的 品尝 ,

有些霉菌会使面包、奶酪和其他食物产生难闻的味道。

[bʌt; bət] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [nɑːt] [meɪk] [wʌn] [sɪk] .
but it will not make one sick .
但 它 将要 不是 制作 一 生病的 .

但它不会让人生病。

[haʊ] [dʒəːmz] [groʊ] . — [dʒəːmz] [wɪl] [nɑːt] [groʊ] [wer] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['veri] [koʊld] ,
How Germs Grow . — Germs will not grow where it is very cold ,
如何 细菌 生长 . — 细菌 将要 不是 生长 在哪里 它 是 非常 寒冷的 ,

细菌的生长方式——细菌在非常寒冷的环境下无法生长。

[bʌt; bət] ['friːzɪŋ] [ðə; ði] [dʒəːmz] [dʌz] [nɑːt] [kɪl] [ðem; ðəm] .
but freezing the germs does not kill them .
但 冷冻 这 细菌 做 不是 杀 他们 .

但是冷冻并不能杀死细菌。

['bɔɪlɪŋ] [wʌn] ['mɪnɪt] [kɪlz] [moʊst] [dʒəːmz] .
Boiling one minute kills most germs .
沸腾 一 分钟 杀戮 最多 细菌 .

煮沸一分钟即可杀死大部分细菌。

['draɪɪŋ] [wɪl] [stɑːp] [ðə; ði] [dʒəːmz] [frʌm; frəm] ['groʊɪŋ] , [bʌt; bət] [wɪl] [nɑːt] [kɪl] [ɔːl] [ʌv; əv] [ðem; ðəm] .
Drying will stop the germs from growing , but will not kill all of them .
烘干 将要 停止 这 细菌 从 生长 , 但 将要 不是 杀 全部 的 他们 .

干燥可以阻止细菌生长，但不能杀死所有细菌。

['sʌnlaɪt] [kɪlz] ['meni] [ʌv; əv] [ðem; ðəm] .
Sunlight kills many of them .
阳光 杀戮 许多 的 他们 .

阳光会杀死它们中的很多。

['mɔɪstʃər] [ænd; ənd] [wɔːrmθ] [meɪk] [dʒəːmz] [groʊ] ['ræpɪdli] .

Moisture	**and**	**warmth**	**make**	**germs**	**grow**	**rapidly**	**.**
水分	和	温暖	制作	细菌	生长	快速	.

潮湿温暖的环境有利于细菌快速繁殖。

[ə; eɪ][dʒɜːrm][ɪn] ['groʊɪŋ] ['leŋkθənz] [aʊt] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][ænd; ənd] [ðen] [di'vaidz] [ɪn][ðə; ði] ['mɪd(ə)l] .

A	**germ**	**in**	**growing**	**lengthens**	**out**	**a**	**little**	**and**	**then**	**divides**	**in**	**the**	**middle**	**.**
一个	细菌	在	生长	延长	出去	一个	小的	和	然后	分割	在	这	中间	.

正在生长的胚芽会稍微伸长，然后从中间分裂。

[ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [ðɪs] [soʊ] ['kwɪkli] [ðæt] [wʌn][dʒɜːrm] [meɪ] [bɪ'kʌm] [tuː] [ɪn] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] .

It	**does**	**this**	**so**	**quickly**	**that**	**one**	**germ**	**may**	**become**	**two**	**in**	**fifteen**	**minutes**	**.**
它	做	这	所以	迅速地	那	一	细菌	可能	变得	二	在	十五	分钟	.

这个过程非常迅速，一个细菌可能在十五分钟内变成两个。

[iːtʃ] [ʌv; əv] [ðiːz] [wɪl] [ðen] [dɪ'vaɪd] .

Each	**of**	**these**	**will**	**then**	**divide**	**.**
每个	的	这些	将要	然后	划分	.

然后它们各自会分裂。

[ɪn] [ðɪs] [wei] [wʌn][dʒɜːrm][kæn; kən] [meɪk] ['meni] ['mɪljən] [dʒəːmz][ɪn][ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l] [deɪ] ([fɪg] . -) .

In	**this**	**way**	**one**	**germ**	**can**	**make**	**many**	**million**	**germs**	**in**	**a**	**single**	**day**	**(**	**Fig**	**.**	**18**	**)**	**.**
在	这	方式	一	细菌	能	制作	许多	百万	细菌	在	一个	单身的	天	(	如图	.	-	)	.

这样，一个细菌一天之内就能产生数百万个细菌（图 18）。

[ðə; ði] ['spɔɪlɪŋ] [ʌv; əv] [miːt] . — [freʃ] [miːt] [wɪl] [nɑːt] [rɪ'meɪn] [gʊd] ['iːv(ə)n][wʌn] [deɪ] [ɪf] [left] [ɪn][ə; eɪ]

The	**Spoiling**	**of**	**Meat**	**.**	**—**	**Fresh**	**meat**	**will**	**not**	**remain**	**good**	**even**	**one**	**day**	**if**	**left**	**in**	**a**
这	破坏	的	肉	.	—	新鲜的	肉	将要	不是	保持	好的	甚至	一	天	如果	左边	在	一个

[wɔːrm] [pleɪs] .

warm	**place**	**.**
温暖的	地方	.

肉类腐败——新鲜肉类即使放在温暖的地方一天也会变质。

[ə; eɪ][lɑːrdʒ] ['griːnɪʃ] [bluː] [flai] [siːn] ['bʌzɪŋ] [ə'baʊt] [ɪn] [wɔːrm] ['weðər] [wɪl] ['sʌmtaɪmz] [leɪ] [ɪts] [egz]

A	**large**	**greenish**	**blue**	**fly**	**seen**	**buzzing**	**about**	**in**	**warm**	**weather**	**will**	**sometimes**	**lay**	**its**	**eggs**
一个	大的	绿绿色	蓝色的	飞	已见	嗡嗡声	关于	在	温暖的	天气	将要	有时	躺	它是	鸡蛋

[ɑːn] [miːt] .

on	**meat**	**.**
在	肉	.

天气温暖时，一种体型较大的蓝绿色苍蝇会嗡嗡地飞来飞去，有时会在肉上产卵。

[ðiːz] [wɪl] [hætʃ] [ðə; ði][nekst] [deɪ] ['ɪntuː]['lɪt(ə)l][wəːmz, vɔːrms] , [kɔːld] ['mægəts] .

These	**will**	**hatch**	**the**	**next**	**day**	**into**	**little**	**worms**	**,**	**called**	**maggots**	**.**
这些	将要	孵化	这	下一个	天	进入	小的	蠕虫	,	称为	蛆	.

这些幼虫第二天就会孵化成小虫，叫做蛆。

[ðeɪ] [groʊ] ['ræpɪdli] [ænd; ənd][ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] ['leɪtər] [tʃeɪndʒ] ['ɪntuː] [flaɪz] .

They	**grow**	**rapidly**	**and**	**a**	**few**	**days**	**later**	**change**	**into**	**flies**	**.**
他们	生长	快速	和	一个	很少	天	之后	改变	进入	苍蝇	.

它们生长迅速，几天后变成苍蝇。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — ['drɔːɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði][dʒɜːrm][æt; ət][ðə; ði][tɑːp] ['evri] [ten] ['mɪnɪts] ,

18	**—**	**Drawing**	**of**	**the**	**germ**	**at**	**the**	**top**	**every**	**ten**	**minutes**	**,**
-	—	绘画	的	这	细菌	在	这	顶部	每一个	十	分钟	,

18——每隔十分钟在顶部画出菌落的形态，

['ʃoʊɪŋ]	[haʊ]	[ˌaɪ 'tiː]	[gruː]	['ɪntuː]	[tuː]	[dʒəːmz][ɪn][ə; eɪ]	[hæf]	['aʊər]	.
showing	**how**	**it**	**grew**	**into**	**two**	**germs**	**in**	**a**	**half**	**hour**	**.**
显示	如何	它	生长	进入	二	细菌	在	一个	一半	小时	.

展示了它在半小时内如何发展成两个细菌。

[mʌtʃ]	[ɪn'lɑːrdʒd]	.
Much	**enlarged**	**.**
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[dʒəːmz]	[wɪl]	['ɔːlsoʊ]	[spɔɪl]	[miːt]	[nɑːt]	[kept]	[koʊld]	.
Germs	**will**	**also**	**spoil**	**meat**	**not**	**kept**	**cold**	**.**
细菌	将要	还	剧透	肉	不是	保留	寒冷的	.

细菌也会使未冷藏的肉类变质。

[ðeɪ]
They
他们

他们

[[ˌpiː 'dʒiː]	-	]
[	**Pg**	**39**	**]**
[	页	-	]

[第39页]

[fiːd]	[ɑːn][ðə; ði]	[miːt]	[ænd; ənd]	[gɪv]	[ɔːf][ə; eɪ]	['pɔɪzn]	,	['meɪkɪŋ]	[ˌaɪ 'tiː]	[ʌn'fɪt]	[tuː; tə]	[iːt]	.
feed	**on**	**the**	**meat**	**and**	**give**	**off**	**a**	**poison**	**,**	**making**	**it**	**unfit**	**to**	**eat**	**.**
喂养	在	这	肉	和	给	离开	一个	毒	,	制作	它	不合格	到	吃	.

以这种肉为食后会释放毒素，使之无法食用。

[ðə; ði][bæd]['oʊdər]	[telz]	[wen]	[ðə; ði][dʒəːmz][ɑːr; ər][æt; ət]	[wɜːrk]	.
The	**bad**	**odor**	**tells**	**when**	**the**	**germs**	**are**	**at**	**work**	**.**
这	坏的	气味	讲述	什么时候	这	细菌	是	在	工作	.

难闻的气味表明细菌正在滋生。

['evri]	[hoʊm]	[ʃʊd; ʃəd]	[hæv; həv][ə; eɪ]	[koʊld]	['selər]	[ɔːr][æn; ən]	[aɪs]	[bɑːks]	[tuː; tə]	[kiːp]	[fuːd]	[frʌm; frəm]
Every	**home**	**should**	**have**	**a**	**cold**	**cellar**	**or**	**an**	**ice**	**box**	**to**	**keep**	**food**	**from**
每一个	家	应该	有	一个	寒冷的	地窖	或者	一个	冰	盒子	到	保持	食物	从

['spɔɪlɪŋ]	.
spoiling	**.**
破坏	.

每个家庭都应该有一个冷藏室或冰柜，以防止食物变质。

['seɪvɪŋ]	[fuːd]	[frʌm; frəm]['sauərɪŋ]	.	—	[ðə; ði]['sauərɪŋ][ʌv; əv]	[mɪlk]	[ænd; ənd][ʌv; əv]	[kʊkt]	[fuːd]	[ʌv; əv]
Saving	**Food**	**from**	**Souring**	**.**	**—**	**The**	**souring**	**of**	**milk**	**and**	**of**	**cooked**	**food**	**of**
保存	食物	从	酸	.	—	这	酸	的	牛奶	和	的	煮熟	食物	的

['eni]	[kaɪnd][ɪz]	[duː]	[tuː; tə][ðə; ði][dʒəːmz]	['ɔːlweɪz]	['prez(ə)nt][ɪn][ðə; ði]	[er]	[ænd; ənd]	['klɪŋɪŋ]	[baɪ][ðə; ði]
any	**kind**	**is**	**due**	**to**	**the**	**germs**	**always**	**present**	**in**	**the**	**air**	**and**	**clinging**	**by**	**the**
任何	种类	是	到期的	到	这	细菌	总是	展示	在	这	空气	和	依恋	经过	这

['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][tuː; tə]	[ˌʌn'wɑːʃt]	['dɪʃɪz]	[ænd; ənd][hændz]	.
thousands	**to**	**unwashed**	**dishes**	**and**	**hands**	**.**
数千	到	未洗的	菜肴	和	双手	.

防止食物变质——牛奶和任何种类熟食变质都是由于空气中始终存在的细菌，这些细菌成千上万地附着在未洗的餐具和手上。

[ɪf]	[miːt]	[ɔːr]	[fruːt]	[ɪz]	[kʊkt]	[ænd; ənd]	[kept]	['taɪtli]	['kʌvərd]	,	[ˌaɪ 'tiː]	[wɪl]	[rɪ'meɪn]	[gʊd]	[fɔːr; fər]	['jɪrz]
If	**meat**	**or**	**fruit**	**is**	**cooked**	**and**	**kept**	**tightly**	**covered**	**,**	**it**	**will**	**remain**	**good**	**for**	**years**
如果	肉	或者	水果	是	煮熟	和	保留	紧紧	涵盖	,	它	将要	保持	好的	为了	年

.
:
.

肉类或水果煮熟后密封保存，可以保存数年。

['meni] ['pɜːsənz] [seɪv] [fruːt] [ænd; ənd] ['vedʒtəb(ə)lz] [fɔːr; fər] [juːz] [ɪn] ['wɪntər] [baɪ] ['pʊtɪŋ] [ðem; ðəm] [ɪn]

Many	persons	save	fruit	and	vegetables	for	use	in	winter	by	putting	them	in
许多	人	节省	水果	和	蔬菜	为了	使用	在	冬天	经过	推杆	他们	在

['dʒɑːrz] ,

jars	,
罐子	,

许多人会将水果和蔬菜装在罐子里保存起来，以备冬季食用。

[wɪtʃ] [ɑːr; ər] ['hiːtɪd] [tuː; tə] [kɪl] [ðə; ði] [dʒəːmz] , [ænd; ənd] [siːld] [taɪt] [tuː; tə] [kiːp] [aʊt] ['ʌðər]

which	are	heated	to	kill	the	germs	,	and	sealed	tight	to	keep	out	other
哪个	是	加热	到	杀	这	细菌	,	和	密封	紧的	到	保持	出去	其他

[dʒəːmz] .

germs	.
细菌	.

经过加热以杀死细菌，并密封以防止其他细菌进入。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [jiːst] [plænts] [juːst] [ɪn] ['meɪkɪŋ] [bred] [ænd; ənd] [bɪr] .

19	—	Yeast	plants	used	in	making	bread	and	beer	.
-	—	酵母	植物	用过的	在	制作	面包	和	啤酒	.

19 —用于制作面包和啤酒的酵母植物。

[ðoʊz] [ɑːn] [ðə; ði] [raɪt] [ɑːr; ər] ['groʊɪŋ] [nuː] [plænts] .

Those	on	the	right	are	growing	new	plants	.
那些	在	这	正确的	是	生长	新的	植物	.

右边那些人正在种植新的植物。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːrdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[jiːst] [ɔːr] [ðə; ði] ['ælkəhɔːl] [plænt] . — [swiːt] ['saɪdər] [ænd; ənd] ['ʌðər] [fruːt] [dʒuːsiz] [ɑːr; ər] ['sʌmtaɪmz]

Yeast	or	the	Alcohol	Plant	.	—	Sweet	cider	and	other	fruit	juices	are	sometimes
酵母	或者	这	酒精	植物	.	—	甜的	苹果酒	和	其他	水果	果汁	是	有时

[spɔɪld] [baɪ] [ə; eɪ] [plænt] [neɪmd] [jiːst] .

spoiled	by	a	plant	named	yeast	.
被宠坏了	经过	一个	植物	命名	酵母	.

酵母或酒精植物——甜苹果酒和其他果汁有时会被一种名为酵母的植物弄坏。

[ðɪs] [plænt] [hæz; həz] [ðə; ði] [fɔːrm] [ʌv; əv] [ə; eɪ] ['fʊtbɔːl] [ænd; ənd] [ɪz] [soʊ] [smɔːl] [ðæt] [ə; eɪ] ['mɪljən] [ʌv; əv] [ɪts]

This	plant	has	the	form	of	a	football	and	is	so	small	that	a	million	of	its
这	植物	有	这	形式	的	一个	足球	和	是	所以	小的	那	一个	百万	的	它是

[kaɪnd] [tə'geðər] [wʊd] [nɑːt] [meɪk] [ə; eɪ] [mæs] [æz; əz] [lɑːrdʒ] [æz; əz] [ðə; ði] [hed] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [pɪn] .

kind	together	would	not	make	a	mass	as	large	as	the	head	of	a	pin	.
种类	一起	会	不是	制作	一个	大量的	作为	大的	作为	这	头	的	一个	别针	.

这种植物形状像橄榄球，体积非常小，即使一百万株这样的植物聚集在一起，体积也比不上针头那么大。

[ˌaɪ 'tiː] [floʊts] [ə'baʊt] [ɪn] [ðə; ði] [er] [ænd; ənd] [ɪz] ['prez(ə)nt] [ɑːn] [ðə; ði] [skɪnz] [ʌv; əv] [fruːts] .

It	floats	about	in	the	air	and	is	present	on	the	skins	of	fruits	.
它	浮标	关于	在	这	空气	和	是	展示	在	这	皮肤	的	水果	.

它会在空气中漂浮，也会附着在水果的表皮上。

[jiːst] [ɪz]['ɔːlsoʊ] [kɔːld] [ðə; ði]['ælkəhɔːl][plænt][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [wen'evər] [ˌaɪ 'tiː] [grəuz] [ɪn][ə; eɪ] [swiːt]

Yeast	is	also	called	the	alcohol	plant	because	whenever	it	grows	in	a	sweet
酵母	是	还	称为	这	酒精	植物	因为	每当	它	生长	在	一个	甜的

['sʌbstəns] [laɪk] [fruːt] [dʒuːs][ˌaɪ 'tiː] ['tʃeɪndʒɪz] [pɑːrt][ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ə; eɪ] ['baɪtɪŋ] ['sʌbstəns] [kɔːld]

substance	like	fruit	juice	it	changes	part	of	it	into	a	biting	substance	called
物质	喜欢	水果	汁	它	变化	部分	的	它	进入	一个	咬	物质	称为

['ælkəhɔːl] .

alcohol	.
酒精	.

酵母又被称为酒精植物，因为它在果汁等甜味物质中生长时，会将其中一部分转化为一种叫做酒精的刺激性物质。

[æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [ˌaɪ 'tiː] ['gɪvz] [ɔːf][ə; eɪ][gæs] .

At	the	same	time	it	gives	off	a	gas	.
在	这	相同的	时间	它	给予	离开	一个	气体	.

同时，它会释放出一种气体。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðɪs] [gæs] [wɪtʃ] [fɔːrmz][ðə; ði]['bʌbəlɪŋ, 'bʌblɪŋ][ɔːr] ['frɔːθɪŋ] [ɪn] [bɪr] .

It	is	this	gas	which	forms	the	bubbling	or	frothing	in	beer	.
它	是	这	气体	哪个	表格	这	冒泡	或者	起泡	在	啤酒	.

正是这种气体使啤酒产生气泡或泡沫。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	40	]
[	页	-	]

[第40页]

[ðə; ði] ['mɪljənz] [ʌv; əv] [jiːst] [plænts][ɪn][ðə; ði] [jiːst] [keɪk] [bɔːt] [æt; ət][ðə; ði] [stɔːr] ,

The	millions	of	yeast	plants	in	the	yeast	cake	bought	at	the	store	,
这	百万	的	酵母	植物	在	这	酵母	蛋糕	买	在	这	店铺	,

商店里买的酵母饼里含有数百万株酵母菌。

[wen] [pʊt]['ɪntuː][ðə; ði] [doʊ] [fɔːr; fər] [bred] , [groʊ] [ænd; ənd][fɔːrm][gæs] .

when	put	into	the	dough	for	bread	,	grow	and	form	gas	.
什么时候	放	进入	这	面团	为了	面包	,	生长	和	形式	气体	.

放入面包面团中时，会膨胀并产生气体。

[ðɪs] [puʃiz] [ðə; ði]['bɪts][ʌv; əv] [doʊ] [ə'pɑːrt][ænd; ənd] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː] [laɪt] .

This	pushes	the	bits	of	dough	apart	and	makes	it	light	.
这	推动	这	比特	的	面团	除	和	制作	它	光	.

这样可以将面团块撑开，使其变得蓬松。

[ðə; ði]['lɪt(ə)l]['ælkəhɔːl] [fɔːrmd] [ɪz][ɔːl] ['drɪvn] [ɔːf][ɪn][ðə; ði] ['beɪkɪŋ] .

The	little	alcohol	formed	is	all	driven	off	in	the	baking	.
这	小的	酒精	形成	是	全部	驱动	离开	在	这	烘烤	.

烘烤过程中产生的少量酒精全部挥发掉了。

[ðə; ði]['ælkəhɔːl] [wɪtʃ] [jiːst] [fɔːrmz][baɪ] ['groʊɪŋ] [ɪn] [swiːt] ['saɪdər][ɪz][ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [wiːks] [tʃeɪndʒd]

The	alcohol	which	yeast	forms	by	growing	in	sweet	cider	is	in	a	few	weeks	changed
这	酒精	哪个	酵母	表格	经过	生长	在	甜的	苹果酒	是	在	一个	很少	周	已更改

[tuː; tə] ['vɪnɪgər] [baɪ] ['ʌðər] [dʒəːmz] [kɔːld] [ðə; ði] ['vɪnɪgər] [plænts] .

to	vinegar	by	other	germs	called	the	vinegar	plants	.
到	醋	经过	其他	细菌	称为	这	醋	植物	.

酵母在甜苹果酒中生长产生的酒精，会在几周内被其他被称为醋菌的细菌转化为醋。

['saʊər]['saɪdər] [meɪ] [meɪk] [ðoʊz] [huː] [juːz][ˌaɪ 'tiː] [sɪk] [ænd; ənd] [drʌŋk] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz]

Sour	cider	may	make	those	who	use	it	sick	and	drunk	because	it	contains
酸的	苹果酒	可能	制作	那些	WHO	使用	它	生病的	和	醉	因为	它	包含

['ælkəhɔːl] .

alcohol	.
酒精	.

酸苹果酒含有酒精，饮用后可能会使人感到不适和醉酒。

[jiːst] [meɪks] [waɪn] [aʊt] [ʌv; əv] [greɪp] [dʒuːs] .

Yeast	**makes**	**wine**	**out**	**of**	**grape**	**juice**	**.**
酵母	制作	葡萄酒	出去	的	葡萄	汁	.

酵母利用葡萄汁酿造葡萄酒。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	**QUESTIONS1**	**.**
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[wer] [ɑːr; ər][dʒəːmz] [faʊnd] ? [ˌtuːˈtuː] .

Where	**are**	**germs**	**found**	**?**	**2**	**.**
在哪里	是	细菌	成立	?	2	.

细菌存在于哪些地方？2.

[wʌt] [ɪz][ðə; ði][fɔːrm][ʌv; əv]['maɪkrəʊbz] ? [θriː] .

What	**is**	**the**	**form**	**of**	**microbes**	**?**	**3**	**.**
什么	是	这	形式	的	微生物	?	3	.

微生物的形态是什么？3.

[neɪm] [sʌm; səm] [dɪˈziːzɪz] [kɔːzd] [baɪ][dʒəːmz] . [fɔːr] .

Name	**some**	**diseases**	**caused**	**by**	**germs**	**.**	**4**	**.**
姓名	一些	疾病	导致	经过	细菌	.	4	.

4. 列举一些由细菌引起的疾病。

[wʌt] [ɪz][moʊld] ? [faɪv] .

What	**is**	**mold**	**?**	**5**	**.**
什么	是	模具	?	5	.

什么是霉菌？5.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [fuːd] [biː; bi] [kept] ['kʌvərd] [wen] [nɑːt][ɪn][juːz] ? [sɪks] .

Why	**should**	**food**	**be**	**kept**	**covered**	**when**	**not**	**in**	**use**	**?**	**6**	**.**
为什么	应该	食物	是	保留	涵盖	什么时候	不是	在	使用	?	6	.

为什么食物在不使用时应该盖好？6.

[wʌt] ['kɔːzɪz] [miːt] [tuː; tə] [spɔɪl] ? ['sɛvən] .

What	**causes**	**meat**	**to**	**spoil**	**?**	**7**	**.**
什么	原因	肉	到	剧透	?	7	.

什么原因会导致肉类腐败？7.

[haʊ] [meɪ] [fruːt] [biː; bi] [kept] [frʌm; frəm] ['spɔɪlɪŋ] ? [eɪt] .

How	**may**	**fruit**	**be**	**kept**	**from**	**spoiling**	**?**	**8**	**.**
如何	可能	水果	是	保留	从	破坏	?	8	.

如何防止水果腐烂？8.

[wer] [ɪz] [jiːst] [faʊnd] ? [naɪn] .

Where	**is**	**yeast**	**found**	**?**	**9**	**.**
在哪里	是	酵母	成立	?	9	.

酵母存在于哪些地方？9.

[wʌt] [ɪˈfekt] [hæz; həz] [jiːst] [ɑːn] [fruːt] [dʒuːs] ? - .

What	**effect**	**has**	**yeast**	**on**	**fruit**	**juice**	**?**	**10**	**.**
什么	影响	有	酵母	在	水果	汁	?	-	.

酵母对果汁有什么影响？10.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ][nɑːt] [drɪŋk] ['saʊər]['saɪdər] ?

Why	**should**	**you**	**not**	**drink**	**sour**	**cider**	**?**
为什么	应该	你	不是	喝	酸的	苹果酒	?

为什么不应该喝酸苹果酒?

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	**Pg**	**41**	**]**
[	页	-	]

[第41页]

['tʃæptər] ['vaɪ, 'vi:]
CHAPTER VI
章 六年级

第六章

[mɪlk] [meɪ] [bi:; bi][ə; eɪ] [fu:d] [ɔ:r][ə; eɪ] ['pɔɪzn]
MILK MAY BE A FOOD OR A POISON
牛奶 可能 是 一个 食物 或者 一个 毒

牛奶可能是食物，也可能是毒药。

[ʌv; əv] [wʌt] [mɪlk][ɪz] [meɪd] . — [mɪlk][ɪz][ðə; ði][moʊst]['pɜ:rfɪkt] [fu:d] [noʊn] .
Of what Milk is Made . — Milk is the most perfect food known .
的 什么 牛奶 是 制成 . — 牛奶 是 这 最多 完美的 食物 已知 .

牛奶的由来——牛奶是已知最完美的食物。

[ˌaɪ 'ti:] [kən'teɪnz] ['evriθɪŋ] ['ni:dɪd] [tu:; tə] [bɪld] [ænd; ənd]['streŋ(k)θ(ə)n][ðə; ði]['bɑ:di] .
It contains everything needed to build and strengthen the body .
它 包含 一切 需要 到 建造 和 加强 这 身体 .

它包含了构建和增强身体所需的一切。

[ɪn] [wʌn] ['gælən] [ʌv; əv] [mɪlk] [ðer; ðər][ɪz] [ə'baʊt] [wʌn] ['tikʌpˌfʊl] [ʌv; əv] [pjʊr] [fæt] ,
In one gallon of milk there is about one teacupful of pure fat ,
在 一 加仑 的 牛奶 那里 是 关于 一 一杯茶 的 纯的 胖的 ,

一加仑牛奶中大约含有一杯纯脂肪。

['nɪrli] [ðə; ði] [seɪm] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] ['ʃʊgər] , [wʌn] ['tikʌpˌfʊl] [ʌv; əv]['bɑ:di] - ['bɪldɪŋ] [fu:d] ['ni:dɪd] [tu:; tə]
nearly the same amount of sugar , one teacupful of body - building food needed to
几乎 这 相同的 数量 的 糖 , 一 一杯茶 的 身体 - 建筑 食物 需要 到
[meɪk] ['mʌs(ə)l] [ænd; ənd] [blʌd] .
make muscle and blood .
制作 肌肉 和 血 .

几乎等量的糖，相当于一杯构建肌肉和血液所需的健美食物。

[ðer; ðər][ɪz]['ɔ:lsoʊ][sʌm; səm] [laɪm] [ænd; ənd] ['ʌðər] ['mɪnərəl] ['mætər] [tu:; tə] [meɪk] [ðə; ði] [boʊnz] [ʌv; əv]
There is also some lime and other mineral matter to make the bones of
那里 是 还 一些 酸橙 和 其他 矿物 事情 到 制作 这 骨头 的
[ðə; ði] [jʌŋ] [groʊ] [strɔ:ŋ] .
the young grow strong .
这 年轻的 生长 强的 .

此外，还含有一些石灰和其他矿物质，有助于促进儿童骨骼强壮生长。

[ðə; ði] [rɪ'meɪnɪŋ] ['sev(ə)n][paɪnts][ɑ:r; ər]['wɔ:tər] .
The remaining seven pints are water .
这 其余的 七 品脱 是 水 .

剩下的七品脱是水。

[kaɪndz][ʌv; əv] [mɪlk] . — [wen] [mɪlk] [ɪz] [left] ['stændɪŋ] [ɪn][ə; eɪ][dʒɑ:r][fɔ:r; fər] ['sevrəl] ['aʊərz] , [mʌtʃ]
Kinds of Milk . — When milk is left standing in a jar for several hours , much
种类 的 牛奶 . — 什么时候 牛奶 是 左边 常设 在 一个 罐 为了 一些 小时 , 很多
[ʌv; əv][ðə; ði][fæt] ,
of the fat ,
的 这 胖的 ,

牛奶的种类——牛奶在罐子里静置几个小时后，大部分脂肪会析出，

[wɪtʃ] [ɪz]['prez(ə)nt][ɪn][ðə; ði][fɔ:rm][ʌv; əv]['taɪni] [bɔ:lz] , ['raɪzɪz][tu:; tə][ðə; ði] ['ʌpər] [pɑ:rt] .
which is present in the form of tiny balls , rises to the upper part .
哪个 是 展示 在 这 形式 的 微小的 球 , 上升 到 这 上 部分 .

它以小球的形式存在，并上升到上部。

[ðɪs] ['ʌpər] ['leɪər] [ʌv; əv] [mɪlk] [fʊl] [ʌv; əv][fæt][ɪz] [kɔ:ld] [kri:m] .
This upper layer of milk full of fat is called cream .
这 上 层 的 牛奶 满的 的 胖的 是 称为 奶油 .

牛奶上层富含脂肪的部分叫做奶油。

[ɪf] [ðɪs] [ɪz] [rɪ'muːvd] , [ðə; ði] [rest] [ɪz] [kɔːld] [skɪm] [mɪlk] .

If	this	is	removed	,	the	rest	is	called	skim	milk	.
如果	这	是	已移除	,	这	休息	是	称为	撇去	牛奶	.

如果去除这部分，剩下的就是脱脂牛奶。

[mɪlk] ['æftər] ['stændɪŋ] [ɪn] [ə; eɪ] [wɔːrm] [pleɪs] [wʌn] [ɔːr] [tuː] [deɪz] [bɪ'kʌmz] ['saʊər] .

Milk	after	standing	in	a	warm	place	one	or	two	days	becomes	sour	.
牛奶	后	常设	在	一个	温暖的	地方	一	或者	二	天	变成	酸的	.

牛奶在温暖的地方放置一两天就会变酸。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ðen] ['sʌmtaɪmz] [pʊt] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [taɪt] [bɑːks] [ɔːr] ['bærəl] [ænd; ənd] [biːt] [ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [wei]

It	is	then	sometimes	put	into	a	tight	box	or	barrel	and	beat	in	such	a	way
它	是	然后	有时	放	进入	一个	紧的	盒子	或者	桶	和	打	在	这样的	一个	方式

[æz; əz] [tuː; tə] [breɪk] [ʌp] [ðə; ði] ['lɪt(ə)l] [bɔːlz] [ʌv; əv] [fæt] .

as	to	break	up	the	little	balls	of	fat	.
作为	到	休息	向上	这	小的	球	的	胖的	.

然后有时会将其放入密封的盒子或桶中，并以某种方式敲打，以打碎小的脂肪球。

[ðiːz] [ɑːr; ər] [ðen] [prest] [tə'geðər] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [mæs] [kɔːld] ['bʌtər] .

These	are	then	pressed	together	into	a	mass	called	butter	.
这些	是	然后	按下	一起	进入	一个	大量的	称为	黄油	.

然后将它们压制成一种叫做黄油的东西。

[ˌaɪ 'tiː] [rɪ'kwaɪrz] [ə; eɪ] [hoʊl]

It	requires	a	whole
它	需要	一个	所有的

这需要一个整体

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	42	]
[	页	-	]

[第42页]

['gælən] [ʌv; əv] [mɪlk] [tuː; tə] [meɪk] [wʌn] ['tikʌpˌfʊl] [ʌv; əv] ['bʌtər] .

gallon	of	milk	to	make	one	teacupful	of	butter	.
加仑	的	牛奶	到	制作	一	一杯茶	的	黄油	.

一加仑牛奶才能制成一杯茶杯的黄油。

[ðə; ði] [mɪlk] [rɪ'meɪnɪŋ] ['æftər] [ðə; ði] ['bʌtər] [ɪz] ['teɪkən] [aʊt] [ɪz] [kɔːld] ['bʌtərmɪlk] .

The	milk	remaining	after	the	butter	is	taken	out	is	called	buttermilk	.
这	牛奶	其余的	后	这	黄油	是	已采取	出去	是	称为	酪乳	.

去除黄油后剩下的牛奶叫做酪乳。

[tʃiːz] [ɪz] [meɪd] [frʌm; frəm] [mɪlk] .

Cheese	is	made	from	milk	.
奶酪	是	制成	从	牛奶	.

奶酪是由牛奶制成的。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [tuː] [kaɪndz] [ʌv; əv] [mɪlk] , ['ʃoʊɪŋ] [ðə; ði] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] [fæt] [ɪn] [iːtʃ] .

20	—	Two	kinds	of	milk	,	showing	the	amount	of	fat	in	each	.
-	一	二	种类	的	牛奶	,	显示	这	数量	的	胖的	在	每个	.

20 —两种牛奶，分别显示每种牛奶的脂肪含量。

[mɪlk] [æz; əz][ə; eɪ] [fuːd] . — [mɪlk] [ɪz][ə; eɪ] ['helθf(ə)l] [drɪŋk] [fɔːr; fər] ['nɪrli] ['evri] [wʌn][ænd; ənd]

Milk	as	a	Food	.	—	Milk	is	a	healthful	drink	for	nearly	every	one	and
牛奶	作为	一个	食物	.	—	牛奶	是	一个	健康的	喝	为了	几乎	每一个	一	和

[ɪ'speʃəli] ['juːsf(ə)l][fɔːr; fər] [ðoʊz] [wɪð; wɪθ] [wiːk] ['bɑːdɪz] .

especially	useful	for	those	with	weak	bodies	.
尤其	有用	为了	那些	和	虚弱的	身体	.

牛奶作为一种食物——牛奶对几乎所有人来说都是一种健康的饮品，尤其对体弱者有益。

['dʊrɪŋ] ['sɪknəs] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['sʌmtaɪmz] [ðə; ðɪ]['oʊnli] [fuːd] [ðə; ðɪ]['peɪʃ(ə)nt][kæn; kən] [teɪk] .

During	sickness	it	is	sometimes	the	only	food	the	patient	can	take	.
期间	疾病	它	是	有时	这	仅有的	食物	这	病人	能	拿	.

生病期间，这有时是病人唯一能吃的食物。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [wel] [fɔːr; fər] ['tʃɪldrən] [tuː; tə][juːz] [tuː] [ɔːr] [θriː] ['glæsɪz] [ʌv; əv] [mɪlk] ['deɪli] [wɪð; wɪθ][ðer; ðər]

It	is	well	for	children	to	use	two	or	three	glasses	of	milk	daily	with	their
它	是	出色地	为了	孩子们	到	使用	二	或者	三	眼镜	的	牛奶	日常的	和	他们的

[miːlz] .

meals	.
餐	.

儿童每天用餐时喝两到三杯牛奶是有益的。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [sipt] ['sloʊli] [soʊ][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [mɪks][wɪð; wɪθ][ðə; ðɪ]['fluːɪd][ɪn][ðə; ðɪ] [maʊθ] [ænd; ənd]

It	should	be	sipped	slowly	so	it	will	mix	with	the	fluid	in	the	mouth	and
它	应该	是	啜饮	缓慢地	所以	它	将要	混合	和	这	体液	在	这	嘴	和

[nɑːt][fɔːrm] [lʌmps] [kɔːld] ['kɜːdz] [ɪn][ðə; ðɪ] ['stʌmək] .

not	form	lumps	called	curds	in	the	stomach	.
不是	形式	肿块	称为	凝乳	在	这	胃	.

应该慢慢啜饮，这样才能与口腔中的液体混合，不会在胃里形成称为凝块的结块。

[ə; eɪ][kwɔːrt][ʌv; əv] [mɪlk] [kən'teɪnz] [mɔːr] [fuːd] [fɔːr; fər][ðə; ðɪ]['bɑːdi][ðæn; ðən][ə; eɪ][hæf] [paʊnd] [ʌv; əv]

A	quart	of	milk	contains	more	food	for	the	body	than	a	half	pound	of
一个	夸脱	的	牛奶	包含	更多的	食物	为了	这	身体	比	一个	一半	磅	的

[gʊd] ['biːfsteɪk] .

good	beefsteak	.
好的	牛排	.

一夸脱牛奶比半磅优质牛排含有更多人体所需的营养。

[ə; eɪ][paɪnt][ʌv; əv] [mɪlk] [wɪl] [sə'plaɪ] [ðə; ðɪ]['bɑːdi][wɪð; wɪθ] [ə'baʊt] [æz; əz] [mʌtʃ] [fuːd] [æz; əz][ə; eɪ][paɪnt]

A	pint	of	milk	will	supply	the	body	with	about	as	much	food	as	a	pint
一个	品脱	的	牛奶	将要	供应	这	身体	和	关于	作为	很多	食物	作为	一个	品脱

[ʌv; əv] ['ɔɪstər] .

of	oysters	.
的	牡蛎	.

一品脱牛奶能为身体提供的营养与一品脱牡蛎提供的营养大致相同。

[ə; eɪ] [boʊl] [ʌv; əv] [mɪlk] [ænd; ənd][ə; eɪ][hæf] [loʊf] [ʌv; əv] [bred] [ɪz][ə; eɪ] ['helθf(ə)l] ['sʌpər] [fɔːr; fər][ə; eɪ] [bɔɪ]

A	bowl	of	milk	and	a	half	loaf	of	bread	is	a	healthful	supper	for	a	boy
一个	碗	的	牛奶	和	一个	一半	面包	的	面包	是	一个	健康的	晚餐	为了	一个	男生

[ɔːr][gɜːrl] .

or	girl	.
或者	女孩	.

一碗牛奶和半个面包对男孩或女孩来说就是一顿健康的晚餐。

[skɪm] [mɪlk] [ænd; ənd] ['bʌtərmɪlk] [ɑːr; ər] ['helθf(ə)l] [drɪŋks] [wɪtʃ] ['fɜːrnɪʃ] [mʌtʃ] [fuːd] [fɔːr; fər] ['bɪldɪŋ]

Skim	milk	and	buttermilk	are	healthful	drinks	which	furnish	much	food	for	building
撇去	牛奶	和	酪乳	是	健康的	饮料	哪个	提供	很多	食物	为了	建筑

[boʊn] , [blʌd] , [ænd; ənd] ['mʌs(ə)l] .

bone	,	blood	,	and	muscle	.
骨	,	血	,	和	肌肉	.

脱脂牛奶和酪乳是健康的饮品，能提供大量营养物质，有助于骨骼、血液和肌肉的生长。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [dʒəːmz] [wɪtʃ] [groʊ] [ɪn] [mɪlk] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː]['saʊər] .
21 — Germs which grow in milk and make it sour .
- — 细菌 哪个 生长 在 牛奶 和 制作 它 酸的 .

21 —在牛奶中生长并使其变酸的细菌。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 43]
[页 -]

[第43页]

[wen] [mɪlk] [ɪz][ə; eɪ] ['pɔɪzn] . — [ɪn] [nuː] [jɔːk] , [ˌsɪnsɪ'næti] ,
When Milk is a Poison . — In New York , Cincinnati ,
什么时候 牛奶 是 一个 毒 . — 在 新的 约克 , 辛辛那提 ,

当牛奶变成毒药——在纽约、辛辛那提，

[ænd; ənd] [ʃɪ'kɑːgoʊ] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [bɪn] ['noʊtɪst] [fɔːr; fər] ['meni] ['jɪrz] [ðæt] [lɑːrdʒ] ['nʌmbərz] [ʌv; əv]
and Chicago it has been noticed for many years that large numbers of
和 芝加哥 它 有 到过 注意到 为了 许多 年 那 大的 数字 的
['beɪbiːz] [bɪ'kʌm] [sɪk] [ɪn][wɔːrm] ['weðər] [ænd; ənd] ['meni] [ʌv; əv][ðem; ðəm][daɪ] .
babies become sick in warm weather and many of them die .
婴儿 变得 生病的 在 温暖的 天气 和 许多 的 他们 死 .

多年来人们注意到，芝加哥有很多婴儿在温暖的天气里生病，其中许多婴儿死亡。

[ðə; ði] ['dɑːktɚz] ['lɜːrnɪd] [ðæt] [moʊst][ʌv; əv][ðə; ði]['beɪbiːz]['teɪkən] [sɪk] [wɜːr; wər] ['biːɪŋ] [fed] [ɑːn] [kaʊz] -
The doctors learned that most of the babies taken sick were being fed on cows '
这 医生 学习 那 最多 的 这 婴儿 已采取 生病的 是 存在 美联储 在 牛 -
[mɪlk] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðer; ðər] [oʊn] ['mʌðərz] [dɪd][nɑːt][hæv; həv] [ɪ'nʌf] [fɔːr; fər][ðem; ðəm] .
milk because their own mothers did not have enough for them .
牛奶 因为 他们的 自己的 母亲们 做过 不是 有 足够的 为了 他们 .

医生们了解到，大多数生病的婴儿都是喝牛奶长大的，因为他们的母亲没有足够的牛奶给他们喝。

[ˌaɪ 'tiː][wʌz; wəz] [ðen] [faʊnd] [ðæt] [ðə; ði] [sɪk] ['beɪbiːz][hæd; həd] [bɪn] ['juːzɪŋ] [mɪlk] [frʌm; frəm] ['dɛəriz]
It was then found that the sick babies had been using milk from dairies
它 曾是 然后 成立 那 这 生病的 婴儿 有 到过 使用 牛奶 从 乳品厂
[wer] [ðə; ði]['steiblz][wɜːr; wər]['dɜːrti] ,
where the stables were dirty ,
在哪里 这 马厩 是 肮脏的 ,

后来发现，这些生病的婴儿喝的牛奶来自那些马厩肮脏的奶牛场。

[ðə; ði] [kaʊz] [sɔɪld] , [ænd; ənd][ðə; ði][hændz][ʌv; əv][ðə; ði] ['mɪlkər] [ˌʌn'kliːn] .
the cows soiled , and the hands of the milkers unclean .
这 牛 脏的 , 和 这 双手 的 这 挤奶工 不洁 .

奶牛很脏，挤奶工的手也不干净。

[ɑːn] [ðɪs] [ə'kaʊnt] [mʌtʃ] [dɜːrt][gɑːt]['ɪntuː][ðə; ði] [mɪlk] .
On this account much dirt got into the milk .
在 这 帐户 很多 污垢 得到 进入 这 牛奶 .

因此，牛奶里混入了很多杂质。

['beɪbiːz] [fed] [ɑːn] [kliːn] [mɪlk] [frʌm; frəm] [kliːn] [kaʊz] [kept] [ɪn] [kliːn] ['steiblz] [rɪ'meɪnd] [strɔːŋ]
Babies fed on clean milk from clean cows kept in clean stables remained strong
婴儿 美联储 在 干净的 牛奶 从 干净的 牛 保留 在 干净的 马厩 剩余 强的
[ænd; ənd] [wel] .
and well .
和 出色地 .

喝着干净奶牛产的干净牛奶，生活在干净牛棚里的婴儿，身体强壮健康。

[baɪ] [mʌtʃ] ['stʌdi] [ðə; ði] ['dɑːktɝz] ['lɜːrnɪd] [ðæt] ['dɜːrti] [mɪlk] [ɪz] ['pɔɪzənəs] [mɪlk] .

By	much	study	the	doctors	learned	that	dirty	milk	is	poisonous	milk	.
经过	很多	学习	这	医生	学习	那	肮脏的	牛奶	是	有毒	牛奶	.

经过大量研究，医生们发现不干净的牛奶就是有毒的牛奶。

[ðə; ði] ['pɔɪzn] [ɪz] [meɪd] [baɪ][ðə; ði][dʒəːmz][ɔːr] [bæk'tɪriə] ['lɪvɪŋ] [baɪ][ðə; ði] ['mɪljənz] [ɪn] [ˌʌn'kliːn] ['steiblz]

The	poison	is	made	by	the	germs	or	bacteria	living	by	the	millions	in	unclean	stables
这	毒	是	制成	经过	这	细菌	或者	细菌	活的	经过	这	百万	在	不洁	马厩

[ænd; ənd][ɪn] [mɪlk] ['bʌkits] [nɑːt] [wel] [wɑːʃt] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] .

and	in	milk	buckets	not	well	washed	in	boiling	water	.
和	在	牛奶	水桶	不是	出色地	洗过	在	沸腾	水	.

这种毒素是由数以百万计生活在不干净的马厩和没有用沸水彻底清洗的牛奶桶中的细菌或微生物产生的。

['dɜːrti] [mɪlk] [bɪ'kʌmz] [moʊst] ['pɔɪzənəs] [ɪn][hɑːt] ['weðər] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [wɔːrmθ] [meɪks] [ðə; ði][dʒəːmz]

Dirty	milk	becomes	most	poisonous	in	hot	weather	because	warmth	makes	the	germs
肮脏的	牛奶	变成	最多	有毒	在	热的	天气	因为	温暖	制作	这	细菌

[groʊ] ['veri] [fæst][ænd; ənd] [bɪ'kʌm] [soʊ] ['nuːmərəs] [ðæt] ['mɪljənz] [ɑːr; ər]['prez(ə)nt][ɪn][ə; eɪ] ['tispʊnˌfʊl]

grow	very	fast	and	become	so	numerous	that	millions	are	present	in	a	teaspoonful
生长	非常	快速地	和	变得	所以	很多的	那	百万	是	展示	在	一个	一茶匙

[ʌv; əv] [mɪlk] .

of	milk	.
的	牛奶	.

脏牛奶在炎热的天气里毒性最强，因为温暖的环境会让细菌迅速繁殖，数量激增，一茶匙牛奶中就可能含有数百万个细菌。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	44	]
[	页	-	]

[第44页]

['kiːpɪŋ] [mɪlk] [kliːn] . — ['dʊrɪŋ] [wʌn] [wiːk] [ʌv; əv][hɑːt] ['weðər] [ɪn] [ˌsɪnsɪ'næti] ,

Keeping	Milk	Clean	.	—	During	one	week	of	hot	weather	in	Cincinnati	,
保持	牛奶	干净的	.	—	期间	一	星期	的	热的	天气	在	辛辛那提	,

保持牛奶清洁——在辛辛那提持续一周的高温天气中，

['oʊvər][ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['beɪbiːz] [wɜːr; wər] ['pɔɪznd] [wɪð; wɪθ]['dɜːrti] [mɪlk] .

over	a	hundred	babies	were	poisoned	with	dirty	milk	.
超过	一个	百	婴儿	是	中毒	和	肮脏的	牛奶	.

一百多名婴儿因饮用不干净的牛奶而中毒。

[ɪn][ðə; ði] [seɪm] [wiːk] [twaɪs] [ðɪs] ['nʌmbər] [wɜːr; wər] [meɪd] [sɪk] [baɪ] [ˌʌn'kliːn] [mɪlk] [ɪn] [ˌfɪlə'delfɪr] .

In	the	same	week	twice	this	number	were	made	sick	by	unclean	milk	in	Philadelphia	.
在	这	相同的	星期	两次	这	数字	是	制成	生病的	经过	不洁	牛奶	在	费城	.

同一周，费城因饮用不洁牛奶而生病的人数是这个数字的两倍。

['dʊrɪŋ] [ðə; ði][hɑːt][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [jɪr] [ɪn]['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] [bæd] [mɪlk] [kɪlz] [mɔːr] [ðæn; ðən][ə; eɪ]

During	the	hot	part	of	the	year	in	our	country	bad	milk	kills	more	than	a
期间	这	热的	部分	的	这	年	在	我们的	国家	坏的	牛奶	杀戮	更多的	比	一个

[hæf]['dʌz(ə)n]['beɪbiːz] ['evri] ['aʊər] [ʌv; əv][ðə; ði] [deɪ] [ænd; ənd] [naɪt] .

half	dozen	babies	every	hour	of	the	day	and	night	.
一半	打	婴儿	每一个	小时	的	这	天	和	夜晚	.

在我国炎热的季节，变质的牛奶每小时都会夺走六个以上婴儿的生命。

[ðə; ði]['oʊnli] [wei] [tuː; tə][hæv; həv] [mɪlk] [kliːn] [ɪz][tuː; tə][hæv; həv] [kliːn] ['steiblz][wɪð; wɪθ] [kliːn] [kaʊz] ,

The	only	way	to	have	milk	clean	is	to	have	clean	stables	with	clean	cows	,
这	仅有的	方式	到	有	牛奶	干净的	是	到	有	干净的	马厩	和	干净的	牛	,

保证牛奶清洁的唯一方法是保证牛舍清洁，奶牛也保持清洁。

[milkt] [baɪ] [kliːn] [hændz] , [ænd; ənd][ðə; ði] [mɪlk] ['hændəld][ɪn] [kliːn] [peɪlz] , [kænz] ,

milked	by	clean	hands	,	and	the	milk	handled	in	clean	pails	,	cans	,
挤奶	经过	干净的	双手	,	和	这	牛奶	处理	在	干净的	水桶	,	罐头	,

用干净的手挤奶，牛奶用干净的桶、罐子处理。

[ænd; ənd] ['bɔtlz] [wɪtʃ] [hæv; həv] [bɪn] ['skɔːldɪd] ['æftər] ['biːɪŋ] [wɑːʃt] .

and	bottles	which	have	been	scalded	after	being	washed	.
和	瓶子	哪个	有	到过	烫伤	后	存在	洗过	.

还有清洗后被烫过的瓶子。

[ðə; ði] [mɪlk] [mʌst; məst] [ðen] [biː; bi] [kept] [koʊld] [ʌn'tɪl] [juːst] ,

The	milk	must	then	be	kept	cold	until	used	,
这	牛奶	必须	然后	是	保留	寒冷的	直到	用过的	,

牛奶必须冷藏保存直至使用。

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði][dʒəːmz] [wɪl] [nɑːt] [groʊ] [ɪn][ˌaɪ 'tiː] .

so	that	the	germs	will	not	grow	in	it	.
所以	那	这	细菌	将要	不是	生长	在	它	.

这样细菌就不会在其中滋生。

['seɪvɪŋ] [ðə; ði]['beɪbi][frʌm; frəm][bæd] [mɪlk] . — [ɪf] ['pɑːsəb(ə)l] ,

Saving	the	Baby	from	Bad	Milk	.	—	If	possible	,
保存	这	婴儿	从	坏的	牛奶	.	—	如果	可能的	,

如何避免婴儿因喝变质牛奶而受害？——如果可能的话，

[mɪlk] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [bɔːt] [fɔːr; fər][ðə; ði]['beɪbi][ɪn] ['bɔtlz] [siːld] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] ['peɪstbɔːrd] [lɪd] .

milk	should	be	bought	for	the	baby	in	bottles	sealed	with	a	pasteboard	lid	.
牛奶	应该	是	买	为了	这	婴儿	在	瓶子	密封	和	一个	纸板	盖	.

应该给婴儿买用纸板盖密封的奶瓶装的牛奶。

[ɪf] [mɪlk] [tɜːrnz] ['saʊər][ðə; ði] [seɪm] [deɪ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [dɪ'lɪvərd] ,

If	milk	turns	sour	the	same	day	it	is	delivered	,
如果	牛奶	转弯	酸的	这	相同的	天	它	是	发表	,

如果牛奶在送达当天就变质了，

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt][fɪt][fɔːr; fər][ðə; ði]['beɪbi][tuː; tə] [teɪk] .

it	is	not	fit	for	the	baby	to	take	.
它	是	不是	合身	为了	这	婴儿	到	拿	.

不适合婴儿服用。

['hiːtɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [moʊst] [mɪlk] ['seɪfər][fɔːr; fər] [juːz] .

Heating	it	makes	most	milk	safer	for	use	.
加热	它	制作	最多	牛奶	更安全	为了	使用	.

加热后，大多数牛奶都可以更安全食用。

[ðə; ði] ['hiːtɪŋ] [ʌv; əv] [mɪlk] [tuː; tə] [kɪl] [moʊst][ʌv; əv][ðə; ði][dʒəːmz][ɪz] ['pæstʃəˌraɪzɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] .

The	heating	of	milk	to	kill	most	of	the	germs	is	pasteurizing	it	.
这	加热	的	牛奶	到	杀	最多	的	这	细菌	是	巴氏杀菌	它	.

将牛奶加热以杀死大部分细菌的过程称为巴氏杀菌法。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [kept] ['veri] [hɑːt][fɔːr; fər] [ə'baʊt] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] , [bʌt; bət] [ʃʊd; ʃəd] [nɑːt][biː; bi]

It	should	be	kept	very	hot	for	about	fifteen	minutes	,	but	should	not	be
它	应该	是	保留	非常	热的	为了	关于	十五	分钟	,	但	应该	不是	是

[ə'laʊd] [tuː; tə] [bɔɪl] .

allowed	to	boil	.
允许	到	熬	.

应该保持高温约十五分钟，但不要煮沸。

[ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kuːld] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ðə; ði] ['ves(ə)l] [ɑːn] [aɪs] [ɔːr] [ɪn] [koʊld] ['wɔːtər] .

It	should	be	cooled	by	placing	the	vessel	on	ice	or	in	cold	water	.
它	应该	是	冷却	经过	放置	这	血管	在	冰	或者	在	寒冷的	水	.

应该将容器放在冰上或冷水中冷却。

[ðə; ði]['beɪbiːz]['bɑːt(ə)l][ænd; ənd] ['nɪpl] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [wɑːʃt] [ɪn][koʊld]['wɔːtər][ænd; ənd] [ðen] [wel]

The	baby's	bottle	and	nipple	should	be	washed	in	cold	water	and	then	well
这	婴儿的	瓶子	和	乳头	应该	是	洗过	在	寒冷的	水	和	然后	出色地

['skɔːldɪd] [ɪ'miːdiətli] ['æftər] ['biːɪŋ] [juːst] .

scalded	immediately	after	being	used	.
烫伤	立即地	后	存在	用过的	.

婴儿奶瓶和奶嘴使用后应立即用冷水清洗，然后用沸水彻底煮沸。

[ðə; ði]['bɑːt(ə)l] , [ðə; ði] ['nɪpl] , [ænd; ənd][ðə; ði] [mɪlk] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] [ə'weɪ] [frʌm; frəm] [flaɪz] [ænd; ənd]

The	bottle	,	the	nipple	,	and	the	milk	should	be	kept	away	from	flies	and
这	瓶子	,	这	乳头	,	和	这	牛奶	应该	是	保留	离开	从	苍蝇	和

[dʌst] .

dust	.
灰尘	.

奶瓶、奶嘴和牛奶应该远离苍蝇和灰尘。

[wʌn] [flai][hæz; həz]

One	fly	has
一	飞	有

一只苍蝇

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	45	]
[	页	-	]

[第45页]

[bɪn] [noʊn] [tuː; tə] ['kæri] [ɑːn][ɪts]['bɑːdi] [mɔːr] [dʒəːmz][ðæn; ðən][ðer; ðər][ɑːr; ər] [liːvz] [ɑːn][ə; eɪ][lɑːrdʒ]

been	known	to	carry	on	its	body	more	germs	than	there	are	leaves	on	a	large
到过	已知	到	携带	在	它是	身体	更多的	细菌	比	那里	是	树叶	在	一个	大的

[triː] .

tree	.
树	.

已知它身上携带的细菌比一棵大树上的叶子还多。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [plæn][ʌv; əv][ðə; ði] ['prɪzn] [æt; ət] ['iːstən] , [pɑː] .

22	—	Plan	of	the	prison	at	Easton	,	Pa	.
-	—	计划	的	这	监狱	在	伊斯顿	,	宾夕法尼亚州	.

22 —宾夕法尼亚州伊斯顿监狱平面图

[ðə; ði] [krɔsiz] [ʃoʊ] ['ɪntuː] [wɪtʃ] ['sɛlz] [ðə; ði] [flaɪz] [brɔːt] ['taɪfɔɪd] [dʒəːmz][frʌm; frəm][ðə; ði] ['suːər]

The	crosses	show	into	which	cells	the	flies	brought	typhoid	germs	from	the	sewer
这	十字架	展示	进入	哪个	细胞	这	苍蝇	带来	伤寒	细菌	从	这	下水道

[ænd; ənd] [meɪd] [ðə; ði] ['prizənəz] [sɪk] [wɪð; wɪθ]['fiːvər] .

and	made	the	prisoners	sick	with	fever	.
和	制成	这	囚犯	生病的	和	发烧	.

十字标记显示了苍蝇将伤寒细菌从下水道带入哪些牢房，导致囚犯发烧生病。

[flaɪz] [ænd; ənd] ['fiːvər] [ɪn][ə; eɪ] ['prɪzn] . — [ɪn] ['ɔːgəst] , - , [ˌθɜːr'tiːn] ['prizənəz] [ɪn][ðə; ði][dʒeɪl][æt; ət]

Flies	and	Fever	in	a	Prison	.	—	In	August	,	1908	,	thirteen	prisoners	in	the	jail	at
苍蝇	和	发烧	在	一个	监狱	.	—	在	八月	,	-	,	十三	囚犯	在	这	监狱	在

['iːstən] ,

Easton	,
伊斯顿	,

监狱里的苍蝇和发烧——1908年8月，伊斯顿监狱的13名囚犯，

[ˌpensl'veɪniə] , [wɜːr; wər]['teɪkən] [ɪl] [wɪð; wɪθ] ['taɪfɔɪd] ['fiːvər] .

Pennsylvania	**,**	**were**	**taken**	**ill**	**with**	**typhoid**	**fever**	**.**
宾夕法尼亚州	,	是	已采取	患病的	和	伤寒	发烧	.

宾夕法尼亚州的人们感染了伤寒。

[ðeɪ] [hæd; həd][nɑːt] [bɪn] [nɪr] ['eni] [sɪk] ['pɜːsənz] [ænd; ənd][ðer; ðər] [fuːd] [ænd; ənd]['wɔːtər][wɜːr; wər]

They	**had**	**not**	**been**	**near**	**any**	**sick**	**persons**	**and**	**their**	**food**	**and**	**water**	**were**
他们	有	不是	到过	靠近	任何	生病的	人	和	他们的	食物	和	水	是

[faʊnd] [tuː; tə][biː; bi] [pjʊr] .

found	**to**	**be**	**pure**	**.**
成立	到	是	纯的	.

他们没有接触过任何病人，而且他们的食物和水都被检测出来是纯净的。

[ɔːl] [ðoʊz] [sɪk] [wɜːr; wər][ɪn] ['sɛlz] [ɪn][wʌn][end][ʌv; əv][ðə; ði] ['prɪzn] .

All	**those**	**sick**	**were**	**in**	**cells**	**in**	**one**	**end**	**of**	**the**	**prison**	**.**
全部	那些	生病的	是	在	细胞	在	一	结尾	的	这	监狱	.

所有病人都关押在监狱一端的牢房里。

[ə'baʊt] ['twenti] [fiːt] [frʌm; frəm] [ðɪs] [end][ə; eɪ] ['suːər] [hæd; həd] [bɪn] [ʌn'kʌvərd] [tuː] [wiːks] [bɪ'fɔːr]

About	**twenty**	**feet**	**from**	**this**	**end**	**a**	**sewer**	**had**	**been**	**uncovered**	**two**	**weeks**	**before**
关于	二十	脚	从	这	结尾	一个	下水道	有	到过	裸露	二	周	前

[ænd; ənd] [left] ['oʊpən] .

and	**left**	**open**	**.**
和	左边	打开	.

距离此处约二十英尺处，两周前曾发现一条污水管道敞开着。

[ðɪs] ['suːər] ['kærid] [ðə; ði] [weɪst] [frʌm; frəm][ðə; ði]['hɑːspɪt(ə)l] [wer] ['sevrəl] ['peɪʃnts] [wɜːr; wər] [sɪk]

This	**sewer**	**carried**	**the**	**waste**	**from**	**the**	**hospital**	**where**	**several**	**patients**	**were**	**sick**
这	下水道	携带	这	浪费	从	这	医院	在哪里	一些	患者	是	生病的

[wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['fiːvər] .

with	**the**	**fever**	**.**
和	这	发烧	.

这条下水道排放着医院的污水，医院里有好几名病人发烧生病。

[flaɪz] [fed] [ɑːn][ðə; ði] [weɪst] [ɪn][ðə; ði] ['suːər] [ænd; ənd] [ðen] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][dʒəːmz] ['stɪkɪŋ] [tuː; tə]

Flies	**fed**	**on**	**the**	**waste**	**in**	**the**	**sewer**	**and**	**then**	**with**	**the**	**germs**	**sticking**	**to**
苍蝇	美联储	在	这	浪费	在	这	下水道	和	然后	和	这	细菌	粘性	到

[ðer; ðər] [fiːt] [fluː] ['ɪntuː][ðə; ði] ['sɛlz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['prizənəz] [ænd; ənd] [wɔːkt] ['oʊvər][ðer; ðər] [kʌps] ,

their	**feet**	**flew**	**into**	**the**	**cells**	**of**	**the**	**prisoners**	**and**	**walked**	**over**	**their**	**cups**	**,**
他们的	脚	飞翔	进入	这	细胞	的	这	囚犯	和	步行	超过	他们的	杯子	,

苍蝇以下水道里的污物为食，然后带着沾满细菌的爪子飞进囚犯的牢房，爬过他们的杯子。

[spuːnz] , [ænd; ənd] [fuːd] .

spoons	**,**	**and**	**food**	**.**
勺子	,	和	食物	.

勺子和食物。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l][gɜːrl] [huː] [pleɪd] [nɪr] [ðɪs] ['oʊpən] ['suːər] [ænd; ənd] [ʃerd] [hɜːr; hər] [lʌntʃ] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]

A	**little**	**girl**	**who**	**played**	**near**	**this**	**open**	**sewer**	**and**	**shared**	**her**	**lunch**	**with**	**the**
一个	小的	女孩	WHO	玩	靠近	这	打开	下水道	和	共享	她	午餐	和	这

[flaɪz] [hæd; həd][ə; eɪ] [sɪ'vɪr] [ə'tæk] [ʌv; əv] ['fiːvər] [tuː] [wiːks] ['leɪtər][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz]

flies	**had**	**a**	**severe**	**attack**	**of**	**fever**	**two**	**weeks**	**later**	**because**
苍蝇	有	一个	严重	攻击	的	发烧	二	周	之后	因为

一个小女孩在这条露天污水沟附近玩耍，还把午饭分给了苍蝇，两周后她突然高烧不退。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**46**	**]**
[	页	-	]

[ðə; ði][dʒəːmz] [skreɪpt] [frʌm; frəm][ðə; ði][flaɪz] - [fiːt] [ɑːn][hɜːr; hər] [fuːd] [gɑːt]['ɪntuː][hɜːr; hər]['bɑːdi]

the	germs	scraped	from	the	flies	'	feet	on	her	food	got	into	her	body
这	细菌	刮擦	从	这	苍蝇	-	脚	在	她	食物	得到	进入	她	身体

[ænd; ənd] [gruː] .

and	grew	.
和	生长	.

苍蝇脚上沾染在她食物上的细菌进入了她的体内并滋生。

[mɪlk] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] . — [wiː; wi][mʌst; məst][biː; bi] ['veri] ['kerf(ə)l] [tuː; tə] [get] [nɑːt]['oʊnli] [kliːn] [mɪlk]

Milk	and	Disease	.	—	We	must	be	very	careful	to	get	not	only	clean	milk
牛奶	和	疾病	.	—	我们	必须	是	非常	小心	到	得到	不是	仅有的	干净的	牛奶

[bʌt; bət] [mɪlk] [frʌm; frəm] ['helθi] [kaʊz] [milkt] [baɪ] ['pɜːsənz] [huː] [hæv; həv][noʊ] ['taɪfɔɪd] ['fiːvər] ,

but	milk	from	healthy	cows	milked	by	persons	who	have	no	typhoid	fever	,
但	牛奶	从	健康	牛	挤奶	经过	人	WHO	有	不	伤寒	发烧	,

牛奶与疾病——我们必须非常小心，不仅要确保牛奶干净，还要确保牛奶来自健康的奶牛，并且由没有伤寒病史的人挤奶。

['skɑːrlət] ['fiːvər] , [ɔːr][dɪf'θɪriəˌdɪp'θɪriə][ɪn][ðer; ðər] ['hoʊmz] .

scarlet	fever	,	or	diphtheria	in	their	homes	.
猩红	发烧	,	或者	白喉	在	他们的	房屋	.

他们家中可能爆发猩红热或白喉。

[ɪf] ['oʊnli][wʌn][ɔːr] [tuː] [dɪ'ziːz] [dʒəːmz][get]['ɪntuː][ðə; ði] [mɪlk] [frʌm; frəm][ðə; ði][hændz][ʌv; əv] [ðoʊz] [huː]

If	only	one	or	two	disease	germs	get	into	the	milk	from	the	hands	of	those	who
如果	仅有的	一	或者	二	疾病	细菌	得到	进入	这	牛奶	从	这	双手	的	那些	WHO

[hæv; həv] [nəːst] [ðə; ði] [sɪk] ,

have	nursed	the	sick	,
有	护理	这	生病的	,

如果只有一两种致病细菌通过护理病人的手进入牛奶中，

[ðiːz] [wɪl] [groʊ] ['ɪntuː] [ɪ'mens] ['nʌmbərz] [ɪn][ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l] [deɪ] .

these	will	grow	into	immense	numbers	in	a	single	day	.
这些	将要	生长	进入	巨大	数字	在	一个	单身的	天	.

这些数字会在一天之内增长到惊人的数量。

['meni] [ʌv; əv] [ðoʊz] [huː] [juːz][ðə; ði] [mɪlk] [wɪl] [ðen] [bɪ'kʌm] [ɪl] .

Many	of	those	who	use	the	milk	will	then	become	ill	.
许多	的	那些	WHO	使用	这	牛奶	将要	然后	变得	患病的	.

许多饮用这种牛奶的人都会生病。

['hʌndrədz] [ɑːr; ər] [meɪd] [sɪk] [ɪn] [ðɪs] [weɪ] ['evri] [jɪr] .

Hundreds	are	made	sick	in	this	way	every	year	.
数百	是	制成	生病的	在	这	方式	每一个	年	.

每年都有数百人因此生病。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[waɪ] [ɪz] [mɪlk] [ə; eɪ] [gʊd] [fuːd] ? [ˌtuː'tuː] .

Why	is	milk	a	good	food	?	2	.
为什么	是	牛奶	一个	好的	食物	?	2	.

为什么牛奶是好食物？2.

[wʌt] [dʌz] [ə; eɪ] ['gælən] [ʌv; əv] [mɪlk] [kən'teɪn] ? [θriː] .

What	does	a	gallon	of	milk	contain	?	3	.
什么	做	一个	加仑	的	牛奶	包含	?	3	.

一加仑牛奶含有哪些成分？3.

[wʌt] [ɪz] [kriːm] ? [fɔːr] .
What is cream ? 4 .
什么 是 奶油 ? 4 .

什么是奶油？4.

[haʊ] [ɪz] ['bʌtər] [meɪd] ? [faɪv] .
How is butter made ? 5 .
如何 是 黄油 制成 ? 5 .

黄油是如何制成的？5.

[fɔːr; fər] [huːm] [ɪz] [mɪlk] ['speʃəli] [gʊd] ? [sɪks] .
For whom is milk specially good ? 6 .
为了 谁 是 牛奶 特别 好的 ? 6 .

牛奶对哪些人特别好？6.

[haʊ] [dʌz] [mɪlk] [bɪ'kʌm] ['pɔɪzənəs] ? ['sɛvən] .
How does milk become poisonous ? 7 .
如何 做 牛奶 变得 有毒 ? 7 .

牛奶是如何变成有毒的？7.

[waɪ] [ɪz]['dɜːrti] [mɪlk] [mɔːr] ['pɔɪzənəs] [ɪn][hɑːt] ['weðər] ? [eɪt] .
Why is dirty milk more poisonous in hot weather ? 8 .
为什么 是 肮脏的 牛奶 更多的 有毒 在 热的 天气 ? 8 .

为什么变质的牛奶在炎热天气下毒性更大？8.

[tel] [wʌt] [hɑːrm] [ˌʌn'kliːn] [mɪlk] [dʌz] . [naɪn] .
Tell what harm unclean milk does . 9 .
告诉 什么 伤害 不洁 牛奶 做 . 9 .

说明不洁净的牛奶会造成哪些危害。9.

[haʊ] [meɪ] [mɪlk] [biː; bi] [kept] [kliːn] ? - .
How may milk be kept clean ? 10 .
如何 可能 牛奶 是 保留 干净的 ? - .

如何保持牛奶清洁？10.

[ɪk'spleɪn] [haʊ] [mɪlk] [ɪz] ['hiːtɪd] [tuː; tə] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː] [seɪf] [fɔːr; fər] [juːz] . - .
Explain how milk is heated to make it safe for use . 11 .
解释 如何 牛奶 是 加热 到 制作 它 安全的 为了 使用 . - .

解释牛奶是如何加热才能安全饮用的。11.

[ʃoʊ] [haʊ] [flaɪz] [meɪ] [kɔːz] ['fiːvər] . - .
Show how flies may cause fever . 12 .
展示 如何 苍蝇 可能 原因 发烧 . - .

说明苍蝇如何引起发烧。12.

[tel] [haʊ] [mɪlk] [meɪ] ['kæri] [dɪfˈθɪriəˌdɪp'θɪriə]['ɪntuː]['aʊər; ɑːr] ['hoʊmz] .
Tell how milk may carry diphtheria into our homes .
告诉 如何 牛奶 可能 携带 白喉 进入 我们的 房屋 .

说明牛奶是如何将白喉病毒带入我们家中的。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 47]
[页 -]

[第47页]

['tʃæptər] [ˌviːˌaɪ'aɪ]
CHAPTER VII
章 七

第七章

[haʊ] [ðə; ði] ['bɑːdi] ['juːzɪz] [fuːd]
HOW THE BODY USES FOOD
如何 这 身体 用途 食物

身体如何利用食物

['ɔrgənz] [fɔːr; fər] ['meɪkɪŋ] ['redi] [ðə; ði] [fuːd] . — [bɪ'fɔːr] [ðə; ði] [fuːd] [kæn; kən] [get] ['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd]

Organs	**for**	**making**	**ready**	**the**	**Food**	**.**	**—**	**Before**	**the**	**food**	**can**	**get**	**into**	**the**	**blood**
器官	为了	制作	准备好	这	食物	.	—	前	这	食物	能	得到	进入	这	血

[ænd; ənd][biː; bi] ['kærid] ['oʊvər][ðə; ði]['bɑːdi][tuː; tə] [fiːd] [ðə; ði] ['mʌslz] [ænd; ənd][ðə; ði] [breɪn] ,

and	**be**	**carried**	**over**	**the**	**body**	**to**	**feed**	**the**	**muscles**	**and**	**the**	**brain**	**,**
和	是	携带	超过	这	身体	到	喂养	这	肌肉	和	这	脑	,

准备食物的器官——在食物进入血液并输送到全身为肌肉和大脑提供营养之前，

[ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][biː; bi] [meɪd] ['ɪntuː][ə; eɪ]['fluːɪd] .

it	**must**	**be**	**made**	**into**	**a**	**fluid**	**.**
它	必须	是	制成	进入	一个	体液	.

它必须被制成液体。

[ðɪs] ['tʃeɪndʒɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði]['sɑːlɪd] [fuːd] ['ɪntuː][ə; eɪ]['lɪkwɪd][baɪ][ðə; ði] ['stʌmək] [ænd; ənd] ['ʌðər] ['ɔrgənz]

This	**changing**	**of**	**the**	**solid**	**food**	**into**	**a**	**liquid**	**by**	**the**	**stomach**	**and**	**other**	**organs**
这	变化	的	这	坚硬的	食物	进入	一个	液体	经过	这	胃	和	其他	器官

[ɪz] [kɔːld] [daɪ'dʒestʃən] .

is	**called**	**digestion**	**.**
是	称为	消化	.

胃和其他器官将固体食物转化为液体的过程称为消化。

[ðə; ði] ['ɔrgənz] [wɪtʃ] [duː] [ðɪs] [wɜːrk] [ɑːr; ər] [noʊn] [æz; əz][daɪ'dʒestɪv] ['ɔrgənz] .

The	**organs**	**which**	**do**	**this**	**work**	**are**	**known**	**as**	**digestive**	**organs**	**.**
这	器官	哪个	做	这	工作	是	已知	作为	消化	器官	.

执行这项工作的器官被称为消化器官。

[ðeɪ] [kən'sɪst; 'kɑːnsɪst][ʌv; əv][ə; eɪ] [fuːd] [tuːb] [ænd; ənd] ['sevrəl] ['bɑːdɪz] [kɔːld] [glændz] .

They	**consist**	**of**	**a**	**food**	**tube**	**and**	**several**	**bodies**	**called**	**glands**	**.**
他们	由	的	一个	食物	管子	和	一些	身体	称为	腺体	.

它们由食道和几个称为腺体的结构组成。

[ðə; ði] [fuːd] [tuːb] . — [ðə; ði] [fuːd] [kə'næl][ɪz] [ə'baʊt] ['θɜːrti] [fiːt] [lɔːŋ] .

The	**Food**	**Tube**	**.**	**—**	**The**	**food**	**canal**	**is**	**about**	**thirty**	**feet**	**long**	**.**
这	食物	管子	.	—	这	食物	运河	是	关于	三十	脚	长的	.

食物管道——食物管道长约三十英尺。

[ɪts] [fɜːrst][pɑːrt] , [ðə; ði] [maʊθ] , ['əupənz] [bæk] [ʌv; əv][ðə; ði] [tʌŋ] ['ɪntuː][ðə; ði] [θroʊt] , [neɪmd] [ðə; ði]

Its	**first**	**part**	**,**	**the**	**mouth**	**,**	**opens**	**back**	**of**	**the**	**tongue**	**into**	**the**	**throat**	**,**	**named**	**the**
它是	第一的	部分	,	这	嘴	,	打开	后退	的	这	舌头	进入	这	喉	,	命名	这

['færɪŋks] .

pharynx	**.**
咽	.

它的第一部分，即口腔，通向舌根部，即咽部。

[ðɪs] [liːdz] ['ɪntuː][ə; eɪ] [tuːb] , [ðə; ði] ['gʌlɪt] ,

This	**leads**	**into**	**a**	**tube**	**,**	**the**	**gullet**	**,**
这	线索	进入	一个	管子	,	这	食道	,

这通向一条管道，即食道。

['pæsɪŋ] [daʊn] [θruː] [ðə; ði] [bæk] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [tʃest] ['ɪntuː][ðə; ði] ['stʌmək] [bɪ'loʊ] [ðə; ði]

passing	**down**	**through**	**the**	**back**	**part**	**of**	**the**	**chest**	**into**	**the**	**stomach**	**below**	**the**
通过	向下	通过	这	后退	部分	的	这	胸部	进入	这	胃	以下	这

['daɪəfræm] .

diaphragm	**.**
隔膜	.

向下穿过胸腔后部，进入横膈膜下方的胃部。

[ðə; ði] ['stʌmək] [ɪz][ə; eɪ] [bent] [sæk] ['oʊpənɪŋ] ['ɪntuː][ə; eɪ] [tuːb] ['oʊvər] ['twenti] - [faɪv] [fiːt] [lɔːŋ] [kɔːld]
The stomach is a bent sac opening into a tube over twenty - five feet long called
这 胃 是 一个 弯曲 囊 开幕 进入 一个 管子 超过 二十 - 五 脚 长的 称为
[ðə; ði] ['baʊəlz] [ɔːr] [ɪn'testɪnz] .
the bowels or intestines .
这 肠道 或者 肠子 .

胃是一个弯曲的囊状物，开口通向一条超过25英尺长的管状结构，称为肠道。

[ðɪs] [tuːb] [ɪz]['foʊldɪd]['ɪntuː][ə; eɪ] [bʌntʃ] [wɪtʃ] [fɪlz] [ə; eɪ][lɑːrdʒ][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]['kævəti][ʌv; əv][ðə; ði]
This tube is folded into a bunch which fills a large part of the cavity of the
这 管子 是 折叠 进入 一个 束 哪个 填充 一个 大的 部分 的 这 空腔 的 这
['æbdəmən] .
abdomen .
腹部 .

这根管子折叠成一团，占据了腹腔的大部分空间。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðə; ði][plæn][ʌv; əv][ə; eɪ][glænd] .
23 — The plan of a gland .
- — 这 计划 的 一个 腺 .

23 —腺体的平面图。

[ə; eɪ] ['kæriz] [blʌd] [tuː; tə][ðə; ði][glænd][ænd; ənd][viː] [teɪks] [ˌaɪ 'tiː] [ə'weɪ] ['æftər][ðə; ði][glænd][hæz; həz]
a carries blood to the gland and v takes it away after the gland has
一个 携带 血 到 这 腺 和 v 需要 它 离开 后 这 腺 有
['teɪkən] [aʊt] [wʌt] [ˌaɪ 'tiː] [niːdz] .
taken out what it needs .
已采取 出去 什么 它 需求 .

a 血管将血液输送到腺体，v 血管在腺体吸收所需物质后将血液带走。

[ɑːn][ðə; ði] [raɪt] [saɪd][ðə; ði][tɑːp][ʌv; əv][ðə; ði][glænd][hæz; həz] [bɪn] [kʌt] [ɔːf] .
On the right side the top of the gland has been cut off .
在 这 正确的 边 这 顶部 的 这 腺 有 到过 切 离开 .

右侧腺体顶部已被切除。

[ðə; ði][glændz][ɔːr][dʒuːs] ['meɪkɚz] . — [ə; eɪ][glænd][ɪz][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [tuːb] [kloʊzd] [æt; ət][wʌn] [end] ,
The Glands or Juice Makers . — A gland is a little tube closed at one end ,
这 腺体 或者 汁 创客 . — 一个 腺 是 一个 小的 管子 关闭 在 一 结尾 ,

腺体或汁液制造器——腺体是一端封闭的小管状物，

[ɔːr][ə; eɪ] [bʌntʃ] [ʌv; əv] [sʌtʃ] [tjʊb] , [wɪtʃ]
or a bunch of such tubes , which
或者 一个 束 的 这样的 管子 , 哪个

或者一堆这样的管子，

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 48]
[页 -]

[第48页]

[kæn; kən] [teɪk] ['sʌmθɪŋ] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ə; eɪ][dʒuːs] .
can take something out of the blood and make it into a juice .
能 拿 某物 出去 的 这 血 和 制作 它 进入 一个 汁 .

可以从血液中提取某些物质并将其制成汁液。

[ə; eɪ][glænd] ['ʌndər] [iːtʃ] [ɪr] [ænd; ənd] [fɔːr] ['ʌðər] [nɪr] [ðə; ði] [tʌŋ] [meɪk] [ðə; ði][dʒuːs] [kɔːld]

A	gland	under	each	ear	and	four	others	near	the	tongue	make	the	juice	called
一个	腺	在下面	每个	耳朵	和	四	其他的	靠近	这	舌头	制作	这	汁	称为

[səˈlaɪvə] [wɪtʃ] [floʊz] ['ɪntuː][ðə; ði] [maʊθ] [θruː] [tjʊb] .

saliva	which	flows	into	the	mouth	through	tubes	.
唾液	哪个	流量	进入	这	嘴	通过	管子	.

每只耳朵下方各有一个腺体，舌头附近还有四个腺体，它们分泌唾液，唾液通过管道流入口腔。

[ə; eɪ] [lɔːŋ] , [flæt] , [pɪŋk] [glænd] [bæk] [ʌv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] ['swiːtbred] [ɔːr] ['pæŋkriəs] .

A	long	,	flat	,	pink	gland	back	of	the	stomach	is	called	the	sweetbread	or	pancreas	.
一个	长的	,	平坦的	,	粉色的	腺	后退	的	这	胃	是	称为	这	甜面包	或者	胰腺	.

胃后部有一个长而扁平的粉红色腺体，称为甜面包或胰腺。

[ðɪs] [ænd; ənd][ə; eɪ][lɑːrdʒ] [braʊn] [glænd] , [ðə; ði]['lɪvər] , ['empti] [ðer; ðər][dʒuːsiz]['ɪntuː][ðə; ði] [ɪn'testɪnz] .

This	and	a	large	brown	gland	,	the	liver	,	empty	their	juices	into	the	intestines	.
这	和	一个	大的	棕色的	腺	,	这	肝	,	空的	他们的	果汁	进入	这	肠子	.

这个器官和一个棕色的大腺体——肝脏，会将它们的汁液排入肠道。

[ðə; ði] [hoʊl] ['ɪnər] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] [ænd; ənd] [ɪn'testɪnz] [ɪz] [laɪnd] [wɪð; wɪθ]['taɪni] [tjʊb] ,

The	whole	inner	surface	of	the	stomach	and	intestines	is	lined	with	tiny	tubes	,
这	所有的	内	表面	的	这	胃	和	肠子	是	衬里	和	微小的	管子	,

[ðə; ði][glændz] .

the	glands	.
这	腺体	.

胃和肠的整个内表面都衬有细小的管道，即腺体。

[ðə; ði][dʒuːs][ʌv; əv] [ðiːz] [wɪð; wɪθ] [ðæt] [ʌv; əv][ðə; ði] ['ʌðər] [glændz] ['sɔːfənz] [ðə; ði] [fuːd] [ænd; ənd] [meɪks]

The	juice	of	these	with	that	of	the	other	glands	softens	the	food	and	makes
这	汁	的	这些	和	那	的	这	其他	腺体	软化	这	食物	和	制作

[ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ə; eɪ]['lɪkwɪd] .

it	into	a	liquid	.
它	进入	一个	液体	.

这些腺体的汁液与其他腺体的汁液一起，可以软化食物，使其变成液体。

[ðə; ði] [wɜːrk] [ʌv; əv][ðə; ði] [maʊθ] . — [ðə; ði] [maʊθ] [hæz; həz] [θriː] [θɪŋz] [tuː; tə][duː] :

The	Work	of	the	Mouth	.	—	The	mouth	has	three	things	to	do	:
这	工作	的	这	嘴	.	—	这	嘴	有	三	事物	到	做	:

口舌的功能——口舌有三件事要做：

[ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [breɪk] [ðə; ði] [lʌmps] [ʌv; əv] [fuːd] ['ɪntuː] [faɪn] ['bɪts][soʊ][ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi] [wel] [wet]

It	should	break	the	lumps	of	food	into	fine	bits	so	it	can	be	well	wet
它	应该	休息	这	肿块	的	食物	进入	美好的	比特	所以	它	能	是	出色地	湿的

[wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['slɪpəri] ['fluːɪd] [kɔːld] [səˈlaɪvə][ænd; ənd]['ɔːlsoʊ] ['iːzəli] ['swɑːloʊd] .

with	the	slippery	fluid	called	saliva	and	also	easily	swallowed	.
和	这	滑	体液	称为	唾液	和	还	容易地	吞咽	.

它应该能将大块食物打碎成细小的碎片，这样就能被唾液这种滑溜的液体充分润湿，也更容易被吞咽。

[ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][roʊl][ðə; ði] [fuːd] [əˈbaʊt] [soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [gets] [soʊkt] [wɪð; wɪθ][səˈlaɪvə] .

It	must	roll	the	food	about	so	that	it	gets	soaked	with	saliva	.
它	必须	卷	这	食物	关于	所以	那	它	获得	浸泡过	和	唾液	.

它必须翻滚食物，使其充分吸收唾液。

[ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][hoʊld][ðə; ði] [fuːd] [lɔːŋ] [ɪˈnʌf] [tuː; tə][get] [mʌtʃ] [teɪst] [frʌm; frəm][ˌaɪ 'tiː][bɪˈkəz, bɪˈkɔːz]

It	must	hold	the	food	long	enough	to	get	much	taste	from	it	because
它	必须	抓住	这	食物	长的	足够的	到	得到	很多	品尝	从	它	因为

[ðɪs] ['stɑːrts][ðə; ði][dʒuːsiz][tuː; tə]

this	starts	the	juices	to
这	开始	这	果汁	到

食物必须保温足够长的时间才能充分入味，因为这样才能让汁液渗出。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 49]
[页 -]

[第49页]

['floʊɪŋ] ['ɪntuː][ðə; ði] ['stʌmək] .
flowing into the stomach .
流动 进入 这 胃 .

流入胃部。

[fuːd] ['gɪvz] [aʊt] [ɪts] [teɪst] ['oʊnli]['æftər][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [tʃeɪndʒd] [tuː; tə][ə; eɪ]['lɪkwɪd] .
Food gives out its taste only after it is changed to a liquid .
食物 给予 出去 它是 品尝 仅有的 后 它 是 已更改 到 一个 液体 .

食物只有变成液体后才能散发出味道。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][nɑːt][biː; bi] [wɑːʃt] [daʊn] [wɪð; wɪθ]['wɔːtər] , [æz; əz] [ðɪs] ['wiːkənz] [ðə; ði][dʒuːsiz][ɪn][ðə; ði]
It should not be washed down with water , as this weakens the juices in the
它 应该 不是 是 洗过 向下 和 水 , 作为 这 减弱 这 果汁 在 这
['stʌmək] .
stomach .
胃 .

不应用水送服，因为这会削弱胃液的作用。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðə; ði] [θriː] [glændz] [wɪtʃ] [meɪk] [ðə; ði][sə'laɪvə][fɔːr; fər] ['æktɪŋ] [ɑːn][ðə; ði] [fuːd] [ɪn][ðə; ði] [maʊθ] .
24 — The three glands which make the saliva for acting on the food in the mouth .
- — 这 三 腺体 哪个 制作 这 唾液 为了 表演 在 这 食物 在 这 嘴 .

24 — 分泌唾液以作用于口腔食物的三块腺体。

[noʊ] [fuːd] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['swɑːloʊd] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['broʊkən]['ɪntuː]['bɪts] ['nɪrli] [æz; əz] [smɔːl] [æz; əz][ðə; ði]
No food should be swallowed until it is broken into bits nearly as small as the
不 食物 应该 是 吞咽 直到 它 是 破碎的 进入 比特 几乎 作为 小的 作为 这
[hed] [ʌv; əv][ə; eɪ][pɪn] .
head of a pin .
头 的 一个 别针 .

食物必须先被嚼碎成针尖大小的碎片才能吞咽。

[sʌm; səm] [fuːdz] , [sʌtʃ] [æz; əz] [tʃiːz] , [bə'nænəz] , [ænd; ənd] [nʌts] , [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [meɪd] ['iːv(ə)n]['faɪnər]
Some foods , such as cheese , bananas , and nuts , should be made even finer
一些 食物 , 这样的 作为 奶酪 , 香蕉 , 和 坚果 , 应该 是 制成 甚至 更精细
[ðæn; ðən] [ðɪs] .
than this .
比 这 .

有些食物，例如奶酪、香蕉和坚果，需要加工得比这更精细。

[ðer; ðər][ɪz] ['nʌθɪŋ] [ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] [tuː; tə] [krʌʃ] [tuː; tə] ['piːsɪz] [lɑːrdʒ] [lʌmps] [ʌv; əv] [fuːd] .
There is nothing in the stomach to crush to pieces large lumps of food .
那里 是 没有什么 在 这 胃 到 压碎 到 件 大的 肿块 的 食物 .

胃里没有任何东西可以把大块的食物碾碎。

[ðə; ði]
The
这

这

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 50]
[页 -]

[第50页]

[dʒuːsiz][ʌv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] [kæn; kən][duː][ðer; ðər] [fʊl] [wɜːrk]['oʊnli] [wen] [ðə; ði] [fuːd] [ɪz] [wel] [tʃuːd]

juices	of	the	stomach	can	do	their	full	work	only	when	the	food	is	well	chewed
果汁	的	这	胃	能	做	他们的	满的	工作	仅有的	什么时候	这	食物	是	出色地	咀嚼

[ɪn][ðə; ði] [maʊθ] .

in	the	mouth	.
在	这	嘴	.

只有食物在口腔中充分咀嚼后，胃液才能充分发挥作用。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv][ə; eɪ] ['tʃesnʌt] [tʃuːd] [ə; eɪ][hæf] ['mɪnɪt] [baɪ][ə; eɪ] [bɔɪ] [huː] [hæd; həd] [pʊr]

25	—	Photograph	of	a	chestnut	chewed	a	half	minute	by	a	boy	who	had	poor
-	—	照片	的	一个	板栗	咀嚼	一个	一半	分钟	经过	一个	男生	WHO	有	贫穷的

[tiːθ] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][hiː; hi][hæd; həd][nɑːt]['teɪkən] [ker] [ʌv; əv][ðem; ðəm] .

teeth	because	he	had	not	taken	care	of	them	.
牙齿	因为	他	有	不是	已采取	关心	的	他们	.

25 —一张照片显示，一个男孩因为没有好好保护牙齿，导致牙齿不好，他咀嚼了半分钟的栗子。

[ðə; ði] [lʌmps] [ɑːr; ər][soʊ][lɑːrdʒ] [ðæt] [ðə; ði][dʒuːsiz][ʌv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] [kʊd; kəd][nɑːt] [dɪ'zɑːlv] [ðem; ðəm]

The	lumps	are	so	large	that	the	juices	of	the	stomach	could	not	dissolve	them
这	肿块	是	所以	大的	那	这	果汁	的	这	胃	可以	不是	溶解	他们

.

:
.

这些肿块太大了，胃液无法将其溶解。

[ðə; ði] ['tʃuːɪŋ] [ʌv; əv] [fuːd] [kiːps] [ə'weɪ] ['sɪknəs] . — [bred] , [miːt] ,

The	Chewing	of	Food	keeps	away	Sickness	.	—	Bread	,	meat	,
这	咀嚼	的	食物	保持	离开	疾病	.	—	面包	,	肉	,

咀嚼食物能预防疾病。——面包、肉类、

[ænd; ənd] [pə'tetoz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [kʌt] ['ɪntuː] ['piːsɪz] [noʊ]['lɑːrdʒər][ðæn; ðən][hæf][ðə; ði][saɪz][ʌv; əv][jʊr; jər]

and	potatoes	should	be	cut	into	pieces	no	larger	than	half	the	size	of	your
和	土豆	应该	是	切	进入	件	不	更大的	比	一半	这	尺寸	的	你的

[θʌm] [ænd; ənd] [iːtʃ] [piːs] [pʊt] ['seprətli] ['ɪntuː][jʊr; jər] [maʊθ] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ][fɔːrk] .

thumb	and	each	piece	put	separately	into	your	mouth	with	a	fork	.
拇指	和	每个	片	放	分别地	进入	你的	嘴	和	一个	叉	.

土豆应该切成不超过拇指一半大小的块，每一块都用叉子单独放入口中。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd] [ðen] [biː; bi] [tʃuːd] [frʌm; frəm] ['twenti] [tuː; tə] ['θɜːrti] [taɪmz] [bɪ'fɔːr] [ə'nʌðər] [piːs] [ɪz]

It	should	then	be	chewed	from	twenty	to	thirty	times	before	another	piece	is
它	应该	然后	是	咀嚼	从	二十	到	三十	时代	前	其他	片	是

[pʊt] ['ɪntuː][ðə; ði] [maʊθ] .

put	into	the	mouth	.
放	进入	这	嘴	.

然后应该咀嚼二十到三十次，再将另一块放入口中。

[fuːd] ['triːtɪd] [ɪn] [ðɪs] [weɪ] [wɪl] [nɑːt] [kɔːz] ['hedeɪk] [ɔːr][ə; eɪ] ['sɪknəs] [ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] [kɔːld]

Food	treated	in	this	way	will	not	cause	headache	or	a	sickness	in	the	stomach	called
食物	治疗	在	这	方式	将要	不是	原因	头痛	或者	一个	疾病	在	这	胃	称为

[ˌɪndɪ'dʒestʃən][ɔːr] [dɪs'pepʃə] .

indigestion	or	dyspepsia	.
消化不良	或者	消化不良	.

用这种方法处理过的食物不会引起头痛或胃部不适，也就是消化不良或胃病。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [sed] [ðæt] [ðer; ðər][ɑːr; ər][soʊ] ['meni] ['pɝːsənz] [wɪð; wɪθ] [ðɪs] [kaɪnd][ʌv; əv] ['sɪknəs] [ðæt] [mɔːr]

It	is	said	that	there	are	so	many	persons	with	this	kind	of	sickness	that	more
它	是	说	那	那里	是	所以	许多	人	和	这	种类	的	疾病	那	更多的

[ðæn; ðən] $5 ,

than	$5	,
比	$5	,

据说患有这种疾病的人很多，以至于超过5000万美元。

- , - [ɑːr; ər] [spent] ['evri] [jɪr] [fɔːr; fər] ['medɪs(ə)n] [tuː; tə] [help] [ðem; ðəm] .

000	,	000	are	spent	every	year	for	medicine	to	help	them	.
-	,	-	是	花费	每一个	年	为了	药品	到	帮助	他们	.

每年花费数千万美元用于治疗他们的疾病。

[tuː] ['lɪt(ə)l] ['tʃuːɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði] [fuːd] [waɪl] [juː; jʊ][ɑːr; ər] [jʌŋ] [meɪ] [nɑːt] [kɔːz] ['meni] [eɪks] [ɔːr]

Too	little	chewing	of	the	food	while	you	are	young	may	not	cause	many	aches	or
也	小的	咀嚼	的	这	食物	尽管	你	是	年轻的	可能	不是	原因	许多	疼痛	或者

[peɪnz] ,

pains	,
疼痛	,

儿童时期咀嚼食物不足可能不会引起太多疼痛，

[bʌt; bət] [ɪf] [juː; jʊ][fɔːrm][ðə; ði]['hæbɪt][ʌv; əv]['ræpɪd] ['iːtɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][hɑːrd][tuː; tə] [lɜːrn] [tuː; tə] [iːt] ['sloʊli] .

but	if	you	form	the	habit	of	rapid	eating	it	is	hard	to	learn	to	eat	slowly	.
但	如果	你	形式	这	习惯	的	迅速的	吃	它	是	难的	到	学习	到	吃	缓慢地	.

但是，如果你养成了狼吞虎咽的习惯，就很难学会慢吃。

[noʊ][wʌn] [huː] [tʃuːz] [hɪz; ɪz] [fuːd] ['pʊrliˌpɔːrli][kæn; kən] [ə'vɔɪd] ['sɪknəs] [lɔːŋ] [ɔːr] [groʊ] [wel] [ænd; ənd]

No	one	who	chews	his	food	poorly	can	avoid	sickness	long	or	grow	well	and
不	一	WHO	咀嚼	他的	食物	差	能	避免	疾病	长的	或者	生长	出色地	和

[strɔːŋ] .

strong	.
强的	.

咀嚼不充分的人很难长期避免生病，也难以健康强壮地成长。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv][ə; eɪ] ['tʃesnʌt] [tʃuːd] [ə; eɪ][hæf] ['mɪnɪt] [baɪ][ə; eɪ] [bɔɪ] [wɪð; wɪθ] [gʊd] [tiːθ]

26	—	Photograph	of	a	chestnut	chewed	a	half	minute	by	a	boy	with	good	teeth
-	—	照片	的	一个	板栗	咀嚼	一个	一半	分钟	经过	一个	男生	和	好的	牙齿

.

:
.

26 —一张照片，照片中一个牙齿很好的男孩咀嚼了半分钟的栗子。

[ðə; ði] [wɜːrk] [ʌv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] . — [wen] [ðə; ði] [fuːd] [ɪz] ['swɑːloʊd] , [ˌaɪ 'tiː] ['paːsiz] [θruː] [ðə; ði]

The	Work	of	the	Stomach	.	—	When	the	food	is	swallowed	,	it	passes	through	the
这	工作	的	这	胃	.	—	什么时候	这	食物	是	吞咽	,	它	通过	通过	这

['gʌlɪt] ['ɪntuː][ðə; ði] ['stʌmək] .

gullet	into	the	stomach	.
食道	进入	这	胃	.

胃的工作——食物被吞咽后，会通过食道进入胃。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	51	]
[	页	-	]

[ðɪs] [ɪz][ə; eɪ][sæk] ['hoʊldɪŋ] [mɔːr] [ðæn; ðən][ə; eɪ][kwɔːrt] ([fɪg] . -) .

This	is	a	sac	holding	more	than	a	quart	(	Fig	.	27	)	.
这	是	一个	囊	保持	更多的	比	一个	夸脱	(	如图	.	-	)	.

这是一个容量超过一夸脱的囊（图 27）。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [ʌv; əv][æn; ən] ['aʊtər] [wɔːl] [ʌv; əv] ['mʌs(ə)l] [ænd; ənd][æn; ən] ['ɪnər] ['skɪnˌlaɪk] [koʊt] [fʊl] [ʌv; əv]

It	is	made	of	an	outer	wall	of	muscle	and	an	inner	skinlike	coat	full	of
它	是	制成	的	一个	外	墙	的	肌肉	和	一个	内	类皮肤	外套	满的	的

['taɪni] [tjʊb] [kɔːld] ['gæstrɪk][glændz] .

tiny	tubes	called	gastric	glands	.
微小的	管子	称为	胃	腺体	.

它由外层的肌肉壁和内层的皮肤状层构成，内层皮肤状层中充满了称为胃腺的微小管道。

['mɪljənz] [ʌv; əv] [ðiːz] [gɪv] [aʊt] [drɑːp][baɪ][drɑːp][ə; eɪ] ['wɔːtəri] ['fluːɪd] [neɪmd] ['gæstrɪk][dʒuːs] .

Millions	of	these	give	out	drop	by	drop	a	watery	fluid	named	gastric	juice	.
百万	的	这些	给	出去	降低	经过	降低	一个	水状的	体液	命名	胃	汁	.

其中数百万个细胞一滴一滴地分泌出一种叫做胃液的水状液体。

[ðɪs] [dʒuːs] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] [floʊ] [æz; əz] [suːn] [æz; əz][wiː; wi] [smel] [ɔːr] [teɪst] [fuːd] [ænd; ənd] [kən'tɪnjuːz]

This	juice	begins	to	flow	as	soon	as	we	smell	or	taste	food	and	continues
这	汁	开始	到	流动	作为	很快	作为	我们	闻	或者	品尝	食物	和	继续

[tuː; tə][drɑːp] [aʊt] [æz; əz] [lɔːŋ] [æz; əz][ðer; ðər][ɪz] ['eni] [fuːd] [ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] .

to	drop	out	as	long	as	there	is	any	food	in	the	stomach	.
到	降低	出去	作为	长的	作为	那里	是	任何	食物	在	这	胃	.

当我们闻到或尝到食物时，这种汁液就开始流出，只要胃里还有食物，这种汁液就会持续流出。

[ðə; ði][juːz][ʌv; əv][ðə; ði]['gæstrɪk][dʒuːs][ɪz][tuː; tə][help] [tʃeɪndʒ] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [fuːd] ['ɪntuː][ə; eɪ] [mɔːr]

The	use	of	the	gastric	juice	is	to	help	change	part	of	the	food	into	a	more
这	使用	的	这	胃	汁	是	到	帮助	改变	部分	的	这	食物	进入	一个	更多的

['wɔːtəri] ['fluːɪd] .

watery	fluid	.
水状的	体液	.

胃液的作用是帮助将部分食物转化为更稀的液体。

[tuː; tə][duː] [ðɪs] [ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][biː; bi] [wel] [mɪkst] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [fuːd] .

To	do	this	it	must	be	well	mixed	with	the	food	.
到	做	这	它	必须	是	出色地	混合	和	这	食物	.

为此，必须将其与食物充分混合。

[ðɪs] ['mɪksɪŋ] [ɪz] [dʌn] [baɪ][ðə; ði] ['mʌslz] [ɪn][ðə; ði] ['aʊtər] [wɔːl] [ʌv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] ([fɪg] . -) .

This	mixing	is	done	by	the	muscles	in	the	outer	wall	of	the	stomach	(	Fig	.	29	)	.
这	混合	是	完毕	经过	这	肌肉	在	这	外	墙	的	这	胃	(	如图	.	-	)	.

这种混合是由胃外壁的肌肉完成的（图 29）。

[ðeɪ] [skwiːz] [tə'geðər] [ænd; ənd] [ðen] ['luːs(ə)n] [ʌp] [ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [wei] [æz; əz][tuː; tə] [muːv] [ðə; ði] [fuːd]

They	squeeze	together	and	then	loosen	up	in	such	a	way	as	to	move	the	food
他们	挤	一起	和	然后	松开	向上	在	这样的	一个	方式	作为	到	移动	这	食物

[ə'baʊt] [ænd; ənd][tɜːrn] [ˌaɪ 'tiː]['oʊvər] [ʌn'tɪl] ['evri] ['pɑːrtɪk(ə)l][ɪz] [wet] [ə'gen] [ænd; ənd] [ə'gen] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]

about	and	turn	it	over	until	every	particle	is	wet	again	and	again	with	the
关于	和	转动	它	超过	直到	每一个	粒子	是	湿的	再次	和	再次	和	这

['gæstrɪk][dʒuːs] .

gastric	juice	.
胃	汁	.

它们相互挤压，然后松开，从而搅动食物，使其翻动，直到每一粒食物都被胃液反复润湿。

[haʊ] [lɔːŋ] [fuːd] [steɪz] [ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] . — [ə; eɪ] [rɪŋ] [ʌv; əv] ['mʌs(ə)l] [ə'raʊnd] [ðə; ði][end][ʌv; əv][ðə; ði]

How	long	Food	stays	in	the	Stomach	.	—	A	ring	of	muscle	around	the	end	of	the
如何	长的	食物	停留	在	这	胃	.	—	一个	戒指	的	肌肉	大约	这	结尾	的	这

['stʌmək] [kiːps] [ðə; ði] [fuːd] [frʌm; frəm] [ɪ'skeɪpɪŋ] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ] [θɪn] ['greɪɪʃ]

stomach	keeps	the	food	from	escaping	until	it	has	become	a	thin	grayish
胃	保持	这	食物	从	逃脱	直到	它	有	变得	一个	薄的	灰蒙蒙的

['lɪkwɪd] .

liquid	.
液体	.

食物在胃里停留的时间——胃末端的一圈肌肉会阻止食物逸出，直到食物变成稀薄的灰白色液体。

[ðə; ði] ['stʌmək] [kæn; kən] ['fɪnɪʃ] [ɪts] [wɜːrk] [ɑːn][sʌm; səm][kaɪndz][ʌv; əv] [fuːd] [ɪn][wʌn][ɔːr] [tuː] ['aʊərz] .

The	stomach	can	finish	its	work	on	some	kinds	of	food	in	one	or	two	hours	.
这	胃	能	结束	它是	工作	在	一些	种类	的	食物	在	一	或者	二	小时	.

胃可以在一到两个小时内消化某些类型的食物。

[wɪð; wɪθ] ['ʌðər] [fuːdz] [ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][wɜːrk] [fɔːr] [ɔːr][faɪv] ['aʊərz] .

With	other	foods	it	must	work	four	or	five	hours	.
和	其他	食物	它	必须	工作	四	或者	五	小时	.

与其他食物一起食用，需要四到五个小时才能起效。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	52	]
[	页	-	]

[第52页]

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	53	]
[	页	-	]

[第53页]

[ðə; ði] ['stʌmək] [kæn; kən] ['fɪnɪʃ] [ɪts] [wɜːrk] [ɑːn][sɔːft] [bɔɪld] [egz] , [mɪlk] , ['roʊstɪd] [pə'tetoz] ,

The	stomach	can	finish	its	work	on	soft	boiled	eggs	,	milk	,	roasted	potatoes	,
这	胃	能	结束	它是	工作	在	柔软的	煮沸	鸡蛋	,	牛奶	,	烤	土豆	,

胃可以消化半熟的鸡蛋、牛奶和烤土豆。

[ænd; ənd] [brɔɪld] [læm] [wɪ'ðɪn] [tuː] ['aʊərz] .

and	broiled	lamb	within	two	hours	.
和	烤制	羊肉	之内	二	小时	.

两个小时内就烤好了羊肉。

[wɪð; wɪθ][pɔːrk] , [viːl] , ['kæbɪdʒ] , [ænd; ənd][fraɪd] [pə'tetoz] [ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][wɜːrk] [fɔːr] [ɔːr][faɪv] ['aʊərz]

With	pork	,	veal	,	cabbage	,	and	fried	potatoes	it	must	work	four	or	five	hours
和	猪肉	,	小牛肉	,	卷心菜	,	和	油煎	土豆	它	必须	工作	四	或者	五	小时

.

:
.

配上猪肉、小牛肉、卷心菜和炸土豆，需要熬制四五个小时。

[wen] [ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n][ɪz] [sɪk] [ðə; ði] ['stʌmək] [ɪz] [wiːk] ,

When	a	person	is	sick	the	stomach	is	weak	,
什么时候	一个	人	是	生病的	这	胃	是	虚弱的	,

人生病时，胃部会变得虚弱。

[ænd; ənd][hiː; hi] [ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv]['oʊnli][ðə; ði] [fuːd] [wɪtʃ] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] ['stʌmək] [ðə; ði] [liːst] [wɜːrk] .

and	he	should	have	only	the	food	which	causes	the	stomach	the	least	work	.
和	他	应该	有	仅有的	这	食物	哪个	原因	这	胃	这	至少	工作	.

他应该只吃那些对胃负担最小的食物。

[ðə; ði] [wɜːrk] [ʌv; əv] [ðə; ði] [ɪn'testɪnz] . — [ðə; ði] [læst] [pɑːrt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [wɜːrk] [ɪn] ['getɪŋ] [ðə; ði] [fuːd]

The Work of the Intestines . — The last part of the work in getting the food

这 工作 的 这 肠子 . — 这 最后的 部分 的 这 工作 在 获得 这 食物

['redi] [fɔːr; fər] [ðə; ði] [blʌd] [ɪz] [dʌn] [ɪn] [ðə; ði] [lɔːŋ] ['foʊldɪd] [tuːb] [noʊn] [æz; əz] [ðə; ði] [ɪn'testɪn] ([fɪg] .

ready for the blood is done in the long folded tube known as the intestine (Fig .

准备好 为了 这 血 是 完毕 在 这 长的 折叠 管子 已知 作为 这 肠 (如图 .

-) .

27) .

-) .

肠道的工作——将食物准备好输送到血液的最后一部分工作是在被称为肠道的长而折叠的管道中完成的（图 27）。

[hɪr] [dʒuːsiz] ['kʌmɪŋ] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['pæŋkriəs] [ænd; ənd] ['lɪvər] [mɪks] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [fuːd] [ænd; ənd]

Here juices coming from the pancreas and liver mix with the food and

这里 果汁 未来 从 这 胰腺 和 肝 混合 和 这 食物 和

[tʃeɪndʒ] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['lɪkwɪd] [ðoʊz] [pɑːrts] [nɑːt] ['æktɪd] [ɑːn] [ɪn] [ðə; ði] ['stʌmək] .

change into a liquid those parts not acted on in the stomach .

改变 进入 一个 液体 那些 部分 不是 行动 在 在 这 胃 .

在这里，来自胰腺和肝脏的汁液与食物混合，并将胃中未处理的部分转化为液体。

[ðə; ði] [ɪn'testɪn] [dʌz] [kwaɪt] [æz; əz] [mʌtʃ] [wɜːrk] [æz; əz] [ðə; ði] ['stʌmək] .

The intestine does quite as much work as the stomach .

这 肠 做 相当 作为 很多 工作 作为 这 胃 .

肠道的工作量与胃不相上下。

['sʌmtaɪmz] [wen] [ðə; ði] ['stʌmək] [ɪz] [sɪk] ,

Sometimes when the stomach is sick ,

有时 什么时候 这 胃 是 生病的 ,

有时胃不舒服的时候，

[tuː] [mʌtʃ] [wɜːrk] [ɪz] [pʊt] [ɔːf] [ɑːn] [ðə; ði] [ɪn'testɪnz] [ænd; ənd] [ðen] [ðeɪ] [bɪ'kʌm] [sɪk] [ænd; ənd] [gɪv]

too much work is put off on the intestines and then they become sick and give

也 很多 工作 是 放 离开 在 这 肠子 和 然后 他们 变得 生病的 和 给

[mʌtʃ] [peɪn] .

much pain .

很多 疼痛 .

肠道负荷过重，就会生病，造成剧烈疼痛。

[ðə; ði] [paɪnt] [ʌv; əv] ['wɔːtəri] ['fluːɪd] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['pæŋkriəs] [ænd; ənd] [ðə; ði] [kwɔːrt] [ʌv; əv] ['griːnɪʃ]

The pint of watery fluid from the pancreas and the quart of greenish

这 品脱 的 水状的 体液 从 这 胰腺 和 这 夸脱 的 绿绿色

['jeloʊ] ['fluːɪd] [kɔːld] [baɪl] ['gɪv(ə)n] [aʊt] [baɪ] [ðə; ði] ['lɪvər] [ɑːr; ər] ['kærid] [θruː] [tuː] [tjʊb] ['ɪntuː] [ðə; ði]

yellow fluid called bile given out by the liver are carried through two tubes into the

黄色的 体液 称为 胆汁 给定 出去 经过 这 肝 是 携带 通过 二 管子 进入 这

[ɪn'testɪn] ([fɪg] . -) .

intestine (Fig . 27) .

肠 (如图 . -) .

胰腺分泌的一品脱水状液体和肝脏分泌的一夸脱黄绿色液体（称为胆汁）通过两根管道进入肠道（图 27）。

[tuː; tə] [mɪks] [ðiːz] [dʒuːsiz] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [fuːd] [ðə; ði] [ɪn'testɪn] [ɪz] ['biːɪŋ] [swʌŋ] ['dʒentli] [bæk] [ænd; ənd]

To mix these juices with the food the intestine is being swung gently back and

到 混合 这些 果汁 和 这 食物 这 肠 是 存在 摇摆 轻轻地 后退 和

[fɔːrθ] [ænd; ənd] [ðə; ði] [wɔːlz] [skwiːzd] [tə'geðər] [baɪ] ['mʌslz] ['fɔːmiŋ] [ɪts] ['aʊtər] [koʊt] .

forth and the walls squeezed together by muscles forming its outer coat .

前进 和 这 墙壁 挤压 一起 经过 肌肉 成型 它是 外 外套 .

为了将这些汁液与食物混合，肠道轻轻地来回摆动，肠道壁由构成其外层的肌肉挤压在一起。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði] [ɪn'testɪn] [hæz; həz] ['fɪnɪʃt] [ɪts] [wɜːrk] [ðə; ði] [fuːd] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] ['entər] [ðə; ði]

As	soon	as	the	intestine	has	finished	its	work	the	food	begins	to	enter	the
作为	很快	作为	这	肠	有	完成的	它是	工作	这	食物	开始	到	进入	这

[blʌd] .

blood	.
血	.

肠道完成消化工作后，食物就开始进入血液。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] ['ɔrgənz] [wɪtʃ] [get] [ðə; ði] [fuːd] ['redi] [tuː; tə] ['entər] [ðə; ði] [blʌd] .

27	—	The	organs	which	get	the	food	ready	to	enter	the	blood	.
-	—	这	器官	哪个	得到	这	食物	准备好	到	进入	这	血	.

27 —使食物做好进入血液准备的器官。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['ʃoʊɪŋ] [haʊ] [ðə; ði] [fuːd] [ɪn] [ðə; ði] [dɔːg] [ɪz] ['kærid] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [ɪn'testɪn] [tuː; tə] [ðə; ði] ['lɪvər]

28	—	Showing	how	the	food	in	the	dog	is	carried	from	the	intestine	to	the	liver
-	—	显示	如何	这	食物	在	这	狗	是	携带	从	这	肠	到	这	肝

[ænd; ənd] [hɑːrt] .

and	heart	.
和	心	.

28 — 展示了狗体内的食物如何从肠道输送到肝脏和心脏。

[ðə; ði] [waɪt] [tjʊb] ['kæri] [ðə; ði] [fæts] [ʌp] [tuː; tə] [ðə; ði] [veɪn] [ɪn] [ðə; ði] [nek] ,

The	white	tubes	carry	the	fats	up	to	the	vein	in	the	neck	,
这	白色的	管子	携带	这	脂肪	向上	到	这	静脉	在	这	脖子	,

这些白色导管将脂肪输送到颈部的静脉。

[ænd; ənd] [ðə; ði] [dɑːrk] [tjʊb] [wɪtʃ] [ɑːr; ər] [veɪnz] ['kæri] [ðə; ði] ['ʌðər] [pɑːrt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [fuːd] [tuː; tə] [ðə; ði]

and	the	dark	tubes	which	are	veins	carry	the	other	part	of	the	food	to	the
和	这	黑暗的	管子	哪个	是	静脉	携带	这	其他	部分	的	这	食物	到	这

['lɪvər] .

liver	.
肝	.

而那些黑色的管道，也就是静脉，则将食物的另一部分输送到肝脏。

[haʊ] [fuːd] [gets] ['ɪntuː] [ðə; ði] [blʌd] . — [æn; ən] ['aʊər] [ɔːr] [tuː] ['æftər] [fuːd] [hæz; həz] ['entərd] [ðə; ði]

How	Food	gets	into	the	Blood	.	—	An	hour	or	two	after	food	has	entered	the
如何	食物	获得	进入	这	血	.	—	一个	小时	或者	二	后	食物	有	进入	这

[ɪn'testɪn] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['ɔːlmoʊst] [æz; əz] [θɪn] [ə; eɪ] ['fluːɪd] [æz; əz] [mɪlk] .

intestine	it	is	almost	as	thin	a	fluid	as	milk	.
肠	它	是	几乎	作为	薄的	一个	体液	作为	牛奶	.

食物如何进入血液——食物进入肠道一两个小时后，血液几乎像牛奶一样稀薄。

['mɪljənz] [ʌv; əv] ['taɪni] [fɪŋgər'laɪk]

Millions	of	tiny	fingerlike
百万	的	微小的	手指状

数百万个细小的指状细胞

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	54	]
[	页	-	]

[groʊθ] [stɪk] [aʊt] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['ɪnər] [saɪd] [ʌv; əv] [ðə; ði] [ɪn'testɪnz] [ænd; ənd] [drɪŋk] [ɪn] [ðə; ði]

growths	stick	out	from	the	inner	side	of	the	intestines	and	drink	in	the
增长	戳	出去	从	这	内	边	的	这	肠子	和	喝	在	这

['wɔːtəri] [fuːd] .

watery	food	.
水状的	食物	.

肠道内壁长出赘生物，吸收其中的水分。

[ðiːz] ['lɪt(ə)l] ['fɪŋgərz] [fɔːr; fər] ['drɪŋkɪŋ] [ʌp] [ðə; ði] [fuːd] [ɑːr; ər] ['skersli] [wʌn] [fɔːrθ] [æz; əz] [lɑːrdʒ] [æz; əz]

These	little	fingers	for	drinking	up	the	food	are	scarcely	one	fourth	as	large	as
这些	小的	手指	为了	喝	向上	这	食物	是	几乎	一	第四	作为	大的	作为

[ðə; ði] [pɔɪnt] [ʌv; əv] [ə; eɪ] ['pens(ə)l] .

the	point	of	a	pencil	.
这	观点	的	一个	铅笔	.

这些用来喝食物的小手指只有铅笔尖的四分之一粗。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] [kɔːld] ['vɪlaɪ; 'vɪliː] .

They	are	called	villi	.
他们	是	称为	绒毛	.

它们被称为绒毛。

[ðə; ði] ['vɪlaɪ; 'vɪliː] [ɑːr; ər] [fɪld] [wɪð; wɪθ] [blʌd] [tjʊb] ['hævɪŋ] [θɪn] [wɔːlz] .

The	villi	are	filled	with	blood	tubes	having	thin	walls	.
这	绒毛	是	已填	和	血	管子	拥有	薄的	墙壁	.

绒毛内充满了壁很薄的血管。

[ðə; ði] [fuːd] ['paːsiz] [θruː] [ðiːz] [wɔːlz] ['ɪntuː] [ðə; ði] [blʌd] [striːm] .

The	food	passes	through	these	walls	into	the	blood	stream	.
这	食物	通过	通过	这些	墙壁	进入	这	血	溪流	.

食物穿过这些细胞壁进入血液。

[mʌtʃ] [ʌv; əv] [ˌaɪ 'tiː] [ðen] [goʊz] [tuː; tə] [ðə; ði] ['lɪvər] ,

Much	of	it	then	goes	to	the	liver	,
很多	的	它	然后	去	到	这	肝	,

大部分随后会进入肝脏。

[bʌt; bət] [ðə; ði] ['fæti] [pɑːrts] [floʊ] [ʌp] [ə; eɪ] [tuːb] [ə'lɔːŋ] [ðə; ði] ['bækboʊn] [ænd; ənd] ['empti] ['ɪntuː] [ə; eɪ]

but	the	fatty	parts	flow	up	a	tube	along	the	backbone	and	empty	into	a
但	这	脂肪	部分	流动	向上	一个	管子	沿着	这	骨干	和	空的	进入	一个

[blʌd] [tuːb] [ɪn] [ðə; ði] [nek] .

blood	tube	in	the	neck	.
血	管子	在	这	脖子	.

但脂肪部分则沿着脊柱向上流动，最终汇入颈部的输血管道。

[frʌm; frəm] [ðə; ði] [nek] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['lɪvər] [ðə; ði] [fuːd] [goʊz] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə] [ðə; ði] [hɑːrt]

From	the	neck	and	the	liver	the	food	goes	with	the	blood	to	the	heart
从	这	脖子	和	这	肝	这	食物	去	和	这	血	到	这	心

[wɪtʃ] [sendz] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] [ɔːl] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] .

which	sends	it	to	all	parts	of	the	body	.
哪个	发送	它	到	全部	部分	的	这	身体	.

食物从颈部和肝脏经血液输送到心脏，再由心脏输送到身体各个部位。

[wʌt] [ðə; ði] ['lɪvər] [dʌz] . — [ðə; ði] ['lɪvər] [ɪz] [ə; eɪ] [dɑːrk] [red] ['bɑːdi] ['nɪrli] [æz; əz] [lɑːrdʒ] [æz; əz] [ðə; ði]

What	the	Liver	does	.	—	The	liver	is	a	dark	red	body	nearly	as	large	as	the
什么	这	肝	做	.	—	这	肝	是	一个	黑暗的	红色的	身体	几乎	作为	大的	作为	这

['ʌpər] [hæf] [ʌv; əv] [jʊr; jər] [hed] .

upper	half	of	your	head	.
上	一半	的	你的	头	.

肝脏的功能——肝脏是一个深红色的器官，大小几乎与你头部的上半部分一样大。

[ˌaɪ 'tiː]
It
它

它

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 55]
[页 -]

[第55页]

[laɪz] [dʒʌst] [bɪ'loʊ] [ðə; ði] ['daɪəfræm] .
lies just below the diaphragm .
谎言 只是 以下 这 隔膜 .

位于横膈膜下方。

[ˌaɪ 'tiː] [wɜːrks] [naɪt] [ænd; ənd] [deɪ] ['helpɪŋ] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] ['ɪnər] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] [kliːn]
It works night and day helping to keep the inner parts of the body clean
它 作品 夜晚 和 天 帮助 到 保持 这 内 部分 的 这 身体 干净的
[ænd; ənd] [æt; ət] [ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [diːl] [aʊt] [fuːd] .
and at the same time deal out food .
和 在 这 相同的 时间 交易 出去 食物 .

它日夜不停地工作，帮助保持身体内部清洁，同时输送食物。

[ðə; ði] ['lɪvər] [teɪks] [sʌm; səm] [weɪst] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [blʌd] [ænd; ənd] [sendz] [ˌaɪ 'tiː] [aʊt] ['ɪntuː] [ðə; ði]
The liver takes some waste out of the blood and sends it out into the
这 肝 需要 一些 浪费 出去 的 这 血 和 发送 它 出去 进入 这
[ɪn'testɪn] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [baɪl] .
intestine with the bile .
肠 和 这 胆汁 .

肝脏会从血液中吸收一些废物，并随胆汁将其输送到肠道。

[wen] [ðer; ðər] [ɪz] [noʊ] [fuːd] [ɪn] [ðə; ði] [ɪn'testɪn] ,
When there is no food in the intestine ,
什么时候 那里 是 不 食物 在 这 肠 ,

当肠道内没有食物时，

[ðə; ði] [baɪl] [ɪz] [stɔːrd] [ʌp] [ɪn] [ðə; ði] [gɔːl] ['blædər] ['ʌndər] [ðə; ði] ['lɪvər] .
the bile is stored up in the gall bladder under the liver .
这 胆汁 是 存储 向上 在 这 癯 膀胱 在下面 这 肝 .

胆汁储存在肝脏下方的胆囊中。

[ðə; ði] ['lɪvər] ['tʃeɪndʒɪz] ['sɜːrt(ə)n] [weɪst] ['mætər] [ɪn] [ðə; ði] [blʌd] ['ɪntuː] [sʌtʃ] [fɔːrm] [ðæt] ['ʌðər] ['ɔrgənz]
The liver changes certain waste matter in the blood into such form that other organs
这 肝 变化 肯定 浪费 事情 在 这 血 进入 这样的 形式 那 其他 器官
[kæn; kən] [kæst] [ˌaɪ 'tiː] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] .
can cast it out of the body .
能 投掷 它 出去 的 这 身体 .

肝脏将血液中的某些废物转化为其他器官可以将其排出体外的形式。

[ˌaɪ 'tiː] ['ɔːlsoʊ] ['stɔrz] [ʌp] ['sɜːrt(ə)n] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] [fuːd] ['kʌmɪŋ] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [ɪn'testɪnz] [ænd; ənd]
It also stores up certain parts of the food coming from the intestines and
它 还 商店 向上 肯定 部分 的 这 食物 未来 从 这 肠子 和
['gɪvz] [ˌaɪ 'tiː] [aʊt] [tuː; tə] [ðə; ði] ['bɑːdi] ['lɪt(ə)l] [baɪ] ['lɪt(ə)l] [æz; əz] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['niːdɪd] .
gives it out to the body little by little as it is needed .
给予 它 出去 到 这 身体 小的 经过 小的 作为 它 是 需要 .

它还能储存来自肠道的某些食物成分，并根据需要一点一点地将其释放给身体。

[wen] [ænd; ənd] [haʊ] [mʌtʃ] [tuː; tə] [iːt] . — [wen] [ðə; ði] [fuːd] ['ɔrgənz] [duː][nɑːt][duː][ðer; ðər] [wɜːrk]

When	and	How	much	to	Eat	.	—	When	the	food	organs	do	not	do	their	work
什么时候	和	如何	很多	到	吃	.	—	什么时候	这	食物	器官	做	不是	做	他们的	工作

['raɪtli] ,

rightly	,
没错	,

何时进食以及进食量——当消化器官无法正常工作时，

[ðə; ði] [hoʊl] ['bɑːdi] [bɪ'kʌmz] [sɪk] .

the	whole	body	becomes	sick	.
这	所有的	身体	变成	生病的	.

全身都生病了。

['iːtɪŋ] [tuː] [mʌtʃ] [ˌəʊvə'wɜːks] [ðə; ði] ['stʌmək] .

Eating	too	much	overworks	the	stomach	.
吃	也	很多	过度劳累	这	胃	.

吃得太多会使胃负担过重。

[ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] [soʊ] [fʊl] [ðæt] [ðə; ði] [fuːd] ['kænɑːt] [biː; bi] [muːvd] [ə'baʊt] [ænd; ənd] [wel] [mɪkst] [wɪð; wɪθ]

It	becomes	so	full	that	the	food	cannot	be	moved	about	and	well	mixed	with
它	变成	所以	满的	那	这	食物	不能	是	已搬	关于	和	出色地	混合	和

[ðə; ði][dʒuːsiz] .

the	juices	.
这	果汁	.

它变得非常饱满，食物无法移动，也无法与汁液充分混合。

[dʒəːmz] [ðen] [wɜːrk][ɑːn][ðə; ði] [fuːd] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː]['saʊər] .

Germs	then	work	on	the	food	and	make	it	sour	.
细菌	然后	工作	在	这	食物	和	制作	它	酸的	.

细菌随后会分解食物，使其变酸。

[ɪn][fækt][ðə; ði][dʒəːmz] [meɪ] [tʃeɪndʒ] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [fuːd] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['pɔɪzn] .

In	fact	the	germs	may	change	part	of	the	food	into	a	poison	.
在	事实	这	细菌	可能	改变	部分	的	这	食物	进入	一个	毒	.

事实上，这些细菌可能会将部分食物转化为毒素。

[ðɪs] ['pɔɪzn] [wɪl] [kɔːz] ['hedeɪk] [ænd; ənd][ə; eɪ][bæd] ['fiːlɪŋ] .

This	poison	will	cause	headache	and	a	bad	feeling	.
这	毒	将要	原因	头痛	和	一个	坏的	感觉	.

这种毒药会引起头痛和不适感。

[duː][nɑːt][fɔːrm][ə; eɪ]['hæbɪt][ʌv; əv] ['teɪkɪŋ] ['paudəz] [tuː; tə] [kjʊr] ['hedeɪk] .

Do	not	form	a	habit	of	taking	powders	to	cure	headache	.
做	不是	形式	一个	习惯	的	采取	粉末	到	治愈	头痛	.

不要养成服用药粉治疗头痛的习惯。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] ['laɪkli] [tuː; tə][hɜːrt][ðə; ði] [hɑːrt] .

They	are	likely	to	hurt	the	heart	.
他们	是	可能	到	伤害	这	心	.

它们可能会伤害心脏。

[teɪk] [les] [fuːd] , [iːt] [ˌaɪ 'tiː] [mɔːr] ['sloʊli] , [ænd; ənd][duː][nɑːt] [wɑːʃ] [ˌaɪ 'tiː] [daʊn] [wɪð; wɪθ] [drɪŋk] .

Take	less	food	,	eat	it	more	slowly	,	and	do	not	wash	it	down	with	drink	.
拿	较少的	食物	,	吃	它	更多的	缓慢地	,	和	做	不是	洗	它	向下	和	喝	.

少吃点，吃得慢点，不要用水送服。

[stɑːp] ['iːtɪŋ] [bɪ'fɔːr] [jʊr; jər] ['stʌmək] [fiːlz] [fʊl] .

Stop	eating	before	your	stomach	feels	full	.
停止	吃	前	你的	胃	感觉	满的	.

在感到饱腹之前就停止进食。

[iːtʃ] [miːl] ['gɪvz] [ðə; ði] ['stʌmək] [ə'baʊt] [fɔːr] ['aʊərz] [ʌv; əv] [wɜːrk] [tuː; tə] [duː] .

Each	meal	gives	the	stomach	about	four	hours	of	work	to	do	.
每个	一顿饭	给予	这	胃	关于	四	小时	的	工作	到	做	.

每餐饭后，胃大约需要工作四个小时。

[ˌaɪ 'tiː] [ðen] [niːdz] [wʌn] ['aʊər] [ʌv; əv] [rest] .

It	then	needs	one	hour	of	rest	.
它	然后	需求	一	小时	的	休息	.

然后需要休息一个小时。

[ðɪs]

This
这

这

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	56	]
[	页	-	]

[第56页]

[ʃoʊz] [ðæt] [ðə; ði] [taɪm] [frʌm; frəm] [wʌn] [miːl] [tuː; tə] [ðə; ði] [nekst] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [ə'baʊt] [faɪv] ['aʊərz] .

shows	that	the	time	from	one	meal	to	the	next	should	be	about	five	hours	.
演出	那	这	时间	从	一	一顿饭	到	这	下一个	应该	是	关于	五	小时	.

数据显示，两餐之间的时间间隔应约为五个小时。

['veri] [jʌŋ] ['tʃɪldrən] [ænd; ənd] [sɪk] ['pɝːsənz] [niːd] [fuːd] ['ɒf(tə)n] .

Very	young	children	and	sick	persons	need	food	oftener	.
非常	年轻的	孩子们	和	生病的	人	需要	食物	更频繁	.

幼儿和病人需要更频繁地进食。

[bɔɪz] [ænd; ənd] ['gɝːlz] [ʃʊd; ʃəd] [nɑːt] [iːt] ['kændiz] , [keɪk] , [ɔːr] ['ʌðər] [fuːd] [bɪ'twiːn] [miːlz] .

Boys	and	girls	should	not	eat	candies	,	cake	,	or	other	food	between	meals	.
男孩们	和	女孩们	应该	不是	吃	糖果	,	蛋糕	,	或者	其他	食物	之间	餐	.

男孩女孩不应该在两餐之间吃糖果、蛋糕或其他食物。

[ˌaɪ 'tiː] [spɔɪlz] [ðə; ði] ['æpɪtaɪt] [ænd; ənd] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [get] [ðə; ði] ['stʌmək] [aʊt] [ʌv; əv] ['wɜːrkɪŋ] ['ɔːrdər] .

It	spoils	the	appetite	and	is	likely	to	get	the	stomach	out	of	working	order	.
它	战利品	这	食欲	和	是	可能	到	得到	这	胃	出去	的	在职的	命令	.

它会扰乱食欲，而且很可能导致胃功能紊乱。

['deɪndʒər] ['signəlz] . — [ə; eɪ] [waɪt] [ɔːr] ['jeloʊɪʃ] [koʊt] [ɑːn] [ðə; ði] [tʌŋ] , [ə; eɪ] [bæd] [breθ] , [peɪn] [ɪn] [ðə; ði] ['baʊəlz] ,

Danger	Signals	.	—	A	white	or	yellowish	coat	on	the	tongue	,	a	bad	breath	,	pain	in	the	bowels	,
危险	信号	.	—	一个	白色的	或者	淡黄色	外套	在	这	舌头	,	一个	坏的	气息	,	疼痛	在	这	肠道	,

危险信号——舌苔发白或发黄、口臭、肠胃疼痛

[ɔːr] [ə; eɪ] ['hedeɪk] [ɪz] [ə; eɪ] ['deɪndʒər] ['sɪgnəl] .

or	a	headache	is	a	danger	signal	.
或者	一个	头痛	是	一个	危险	信号	.

或者说，头痛是一种危险信号。

[ˌaɪ 'tiː] [telz] [ðæt] [ðə; ði] [fuːd] ['ɔrgənz] [ɑːr; ər] [nɑːt] ['duːɪŋ] [ðer; ðər] [wɜːrk] [æz; əz] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ænd; ənd] [ən'les] [help] [ɪz] ['gɪv(ə)n] ['sɪknəs] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [ə'kɜːr] .

It	tells	that	the	food	organs	are	not	doing	their	work	as	they	should	and	unless	help	is	given	sickness	is	likely	to	occur	.
它	讲述	那	这	食物	器官	是	不是	正在做	他们的	工作	作为	他们	应该	和	除非	帮助	是	给定	疾病	是	可能	到	发生	.

这说明消化器官没有正常运作，如果不加以帮助，很可能会生病。

['medɪs(ə)n] [meɪ] [help] , [bʌt; bət] ['juːzɪŋ] [fuːdz] ['iːzi] [tuː; tə][daɪ'dʒest] , ['iːtɪŋ] [les] , ['tʃuːɪŋ] [mɔːr] ,

Medicine	**may**	**help**	**,**	**but**	**using**	**foods**	**easy**	**to**	**digest**	**,**	**eating**	**less**	**,**	**chewing**	**more**	**,**
药品	可能	帮助	,	但	使用	食物	简单的	到	消化	,	吃	较少的	,	咀嚼	更多的	,

药物或许会有帮助，但食用易消化的食物、少吃多咀嚼也很重要。

[ænd; ənd] ['getɪŋ] ['plenti] [ʌv; əv]['eksərsaɪz][ɪn][ðə; ði] [freʃ] [er] [ɑːr; ər] ['laɪkli] [tuː; tə][biː; bi][ðə; ði] ['gretɪst]

and	**getting**	**plenty**	**of**	**exercise**	**in**	**the**	**fresh**	**air**	**are**	**likely**	**to**	**be**	**the**	**greatest**
和	获得	很多	的	锻炼	在	这	新鲜的	空气	是	可能	到	是	这	最

[eɪdz][tuː; tə] [helθ] .

aids	**to**	**health**	**.**
艾滋病	到	健康	.

在新鲜空气中进行充足的锻炼可能是对健康最有益的因素。

[ðə; ði] ['tʃuːɪŋ] [ʌv; əv][tə'bækoʊ][ænd; ənd][daɪ'dʒestʃən] . — [sʌm; səm][men] [tʃuː] [tə'bækoʊ][æz; əz] [mʌtʃ]

The	**Chewing**	**of**	**Tobacco**	**and**	**Digestion**	**.**	**—**	**Some**	**men**	**chew**	**tobacco**	**as**	**much**
这	咀嚼	的	烟草	和	消化	.	—	一些	男人	嚼	烟草	作为	很多

[æz; əz][ten] ['aʊərz] ['evri] [deɪ] .

as	**ten**	**hours**	**every**	**day**	**.**
作为	十	小时	每一个	天	.

嚼烟与消化——有些男人每天嚼烟长达十个小时。

[ðə; ði] [teɪst] [ʌv; əv][ðə; ði][tə'bækoʊ] [meɪks] [ðə; ði][sə'laɪvə] [floʊ] [frʌm; frəm][ðə; ði][glændz]['ɪntuː][ðə; ði] [maʊθ]

The	**taste**	**of**	**the**	**tobacco**	**makes**	**the**	**saliva**	**flow**	**from**	**the**	**glands**	**into**	**the**	**mouth**
这	品尝	的	这	烟草	制作	这	唾液	流动	从	这	腺体	进入	这	嘴

.

:
.

烟草的味道会刺激唾液腺分泌唾液到口腔中。

[ðɪs] [di'zɔlvz] [ðə; ði] ['pɔɪzn] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði][tə'bækoʊ][ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðen] [spɪt] [aʊt] .

This	**dissolves**	**the**	**poison**	**out**	**of**	**the**	**tobacco**	**and**	**it**	**is**	**then**	**spit**	**out**	**.**
这	溶解	这	毒	出去	的	这	烟草	和	它	是	然后	吐	出去	.

这样可以溶解烟草中的毒素，然后将其吐出。

[ɪf] [ðə; ði][tə'bækoʊ] - [soʊkt] [sə'laɪvə][wɜːr; wər][ɔːl] ['swɑːloʊd] , [ðə; ði][mæn] [wʊd] [biː; bi] ['pɔɪznd] .

If	**the**	**tobacco**	**-**	**soaked**	**saliva**	**were**	**all**	**swallowed**	**,**	**the**	**man**	**would**	**be**	**poisoned**	**.**
如果	这	烟草	-	浸泡过	唾液	是	全部	吞咽	,	这	男人	会	是	中毒	.

如果把所有浸透烟草的唾液都吞下去，这个人就会中毒。

[ðə; ði] ['tʃuːɪŋ] [ʌv; əv][tə'bækoʊ] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] [lɔːs] [ʌv; əv] [mʌtʃ] [sə'laɪvə] [wɪtʃ] [ɪz] ['niːdɪd] [tuː; tə] [help]

The	**chewing**	**of**	**tobacco**	**causes**	**the**	**loss**	**of**	**much**	**saliva**	**which**	**is**	**needed**	**to**	**help**
这	咀嚼	的	烟草	原因	这	损失	的	很多	唾液	哪个	是	需要	到	帮助

[daɪ'dʒest][ðə; ði] [fuːd] .

digest	**the**	**food**	**.**
消化	这	食物	.

咀嚼烟草会导致大量唾液流失，而唾液对于帮助消化食物至关重要。

['eniwʌn] [huː] ['taɪərz][hɪz; ɪz][dʒɔː][baɪ] ['tʃuːɪŋ] [tə'bækoʊ][ɪz][nɑːt] ['laɪkli] [tuː; tə] [tʃuː] [hɪz; ɪz] [fuːd] [wel] .

Anyone	**who**	**tires**	**his**	**jaw**	**by**	**chewing**	**tobacco**	**is**	**not**	**likely**	**to**	**chew**	**his**	**food**	**well**	**.**
任何人	WHO	轮胎	他的	颚	经过	咀嚼	烟草	是	不是	可能	到	嚼	他的	食物	出色地	.

任何人如果因为嚼烟草而使下巴疲劳，就不太可能好好咀嚼食物。

[sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] ['pɔɪzn] [ɪn][ðə; ði][tə'bækoʊ][ɪz]['teɪkən]['ɪntuː][ðə; ði]['bɑːdi] [θruː] [ðə; ði] [blʌd]

Some	**of**	**the**	**poison**	**in**	**the**	**tobacco**	**is**	**taken**	**into**	**the**	**body**	**through**	**the**	**blood**
一些	的	这	毒	在	这	烟草	是	已采取	进入	这	身体	通过	这	血

['ves(ə)lz] [ɪn][ðə; ði]['laɪnɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði] [maʊθ] .

vessels	**in**	**the**	**lining**	**of**	**the**	**mouth**	**.**
船只	在	这	衬垫	的	这	嘴	.

烟草中的一些毒素会通过口腔内壁的血管进入人体。

[ðɪs] [ɪz] [ʃoʊn] [baɪ]
This is shown by
这 是 所示 经过

这体现在

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 57]
[页 -]

[第57页]

[ðə; ði][fækt] [ðæt] [ə; eɪ] [bɔɪ] [nɑːt] [juːst] [tuː; tə][təˈbækoʊ] [bɪˈkʌmz] ['veri] [sɪk] ['æftər][hiː; hi][hæz; həz] [tʃuːd]
the fact that a boy not used to tobacco becomes very sick after he has chewed
这 事实 那 一个 男生 不是 用过的 到 烟草 变成 非常 生病的 后 他 有 咀嚼
[ə; eɪ] ['maʊθfʊl] [fɔːr; fər]['oʊnli][ten] ['mɪnɪts] .
a mouthful for only ten minutes .
一个 一口气 为了 仅有的 十 分钟 .

一个不习惯吸烟的男孩，嚼了一口烟仅仅十分钟后，就病得很重。

['smoʊkɪŋ] [ænd; ənd][daɪˈdʒestʃən] . — [sʌm; səm] ['pɜːsənz] [θɪŋk] [ðæt] [ðə; ði] ['smoʊkɪŋ] [ʌv; əv][ə; eɪ][sɪ'gɑːr]
Smoking and Digestion . — Some persons think that the smoking of a cigar
吸烟 和 消化 . — 一些 人 思考 那 这 吸烟 的 一个 雪茄
['æftər][ə; eɪ] [miːl] ['hɛlps] [daɪ'dʒestʃən] .
after a meal helps digestion .
后 一个 一顿饭 帮助 消化 .

吸烟与消化——有些人认为饭后吸雪茄有助于消化。

[ˌaɪ ˈtiː] [meɪ] [duː][soʊ][ɪn][sʌm; səm]['keɪsɪz] .
It may do so in some cases .
它 可能 做 所以 在 一些 案例 .

在某些情况下可能会这样做。

[ɪf] [ə; eɪ] ['lɔɪər] [ɪz] [mʌtʃ] [ɪkˈsaɪtɪd] [əˈbaʊt] [ə; eɪ] [keɪs] [hiː; hi][ɪz] ['traɪɪŋ] ,
If a lawyer is much excited about a case he is trying ,
如果 一个 律师 是 很多 兴奋的 关于 一个 案件 他 是 尝试 ,

如果律师对正在审理的案件感到非常兴奋，

[ɔːr][ə; eɪ] ['bɪznəs] [mæn][ɪz][ɪn] ['trʌb(ə)l] [əˈbaʊt] [hɪz; ɪz] [lɔːsɪz] ,
or a business man is in trouble about his losses ,
或者 一个 商业 男人 是 在 麻烦 关于 他的 损失 ,

或者，某个商人正为亏损而苦恼。

[ðə; ði] ['θɪŋkɪŋ] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə] [floʊ] [tuː; tə][ðə; ði] [hed] [wen] [ˌaɪ ˈtiː][ɪz] ['niːdɪd] [ɪn][ðə; ði]
the thinking causes the blood to flow to the head when it is needed in the
这 思维 原因 这 血 到 流动 到 这 头 什么时候 它 是 需要 在 这
['stʌmək] [tuː; tə] [gɪv] [aʊt] [daɪ'dʒestɪv][dʒuːsiz] .
stomach to give out digestive juices .
胃 到 给 出去 消化 果汁 .

思考时，血液会流向头部，而胃部需要血液来分泌消化液。

[ðə; ði] [teɪst] [ʌv; əv][ðə; ði][təˈbækoʊ] [smoʊk] [meɪ] [kɔːz] [sʌm; səm]['gæstrɪk][dʒuːs][tuː; tə] [rʌn] [aʊt] ['ɪntuː]
The taste of the tobacco smoke may cause some gastric juice to run out into
这 品尝 的 这 烟草 抽烟 可能 原因 一些 胃 汁 到 跑步 出去 进入
[ðə; ði] ['stʌmək] ,
the stomach ,
这 胃 ,

烟草烟雾的味道可能会导致一些胃液反流到胃里。

[bʌt; bət][æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə][hɜːrt][ðə; ði] [nəːvs] [ʌv; əv] [teɪst] [soʊ] [ðæt] [fuːd]

but	at	the	same	time	it	is	likely	to	hurt	the	nerves	of	taste	so	that	food
但	在	这	相同的	时间	它	是	可能	到	伤害	这	神经	的	品尝	所以	那	食物

['kænɑːt] [gɪv] [soʊ] [mʌtʃ] [ɪn'dʒɔɪmənt] [æz; əz] [wen] [ðə; ði] [nəːvs] [ɑːr; ər] [ʌn'hɑːrmd] .

cannot	give	so	much	enjoyment	as	when	the	nerves	are	unharmed	.
不能	给	所以	很多	享受	作为	什么时候	这	神经	是	毫发无损	.

但与此同时，它很可能会损害味觉神经，使食物无法像味觉神经未受损时那样带来愉悦感。

[ɔːl'ðoʊ] ['smoʊkɪŋ] [meɪ] [æt; ət][ðə; ði] [taɪm] [help] [daɪ'dʒestʃən][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ,

Although	smoking	may	at	the	time	help	digestion	a	little	,
虽然	吸烟	可能	在	这	时间	帮助	消化	一个	小的	,

虽然吸烟在当时可能对消化有点帮助，

[ðə; ði] ['pɔɪzn] [ɪn][ðə; ði][tə'bækoʊ] [meɪ] ['æftərwərd] ['ɪndʒər][ðə; ði]['bɑːdi] .

the	poison	in	the	tobacco	may	afterward	injure	the	body	.
这	毒	在	这	烟草	可能	之后	损伤	这	身体	.

烟草中的毒素可能会对身体造成伤害。

[ðɪs] ['pɔɪzn] [ɪz] [ɪ'speʃəli] ['hɑːrmf(ə)l][tuː; tə] ['groʊɪŋ] ['bɑːdɪz] ,

This	poison	is	especially	harmful	to	growing	bodies	,
这	毒	是	尤其	有害	到	生长	身体	,

这种毒素对正在发育的人体尤其有害。

[ænd; ənd] [bɔɪz] [huː] [ɑːr; ər] [waɪz] [wɪl] [rɪ'fjuːz] [tuː; tə] [smoʊk] [ɑːn] [ɔːl] [ə'keiʒənz] .

and	boys	who	are	wise	will	refuse	to	smoke	on	all	occasions	.
和	男孩们	WHO	是	明智的	将要	拒绝	到	抽烟	在	全部	场合	.

明智的男孩在任何场合都会拒绝吸烟。

[bɪr] [ænd; ənd][daɪ'dʒestʃən] . — [sʌm; səm] ['piːp(ə)l] [drɪŋk] [bɪr] [wɪð; wɪθ][ðer; ðər] [miːlz] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ]

Beer	and	Digestion	.	—	Some	people	drink	beer	with	their	meals	because	they
啤酒	和	消化	.	—	一些	人们	喝	啤酒	和	他们的	餐	因为	他们

[θɪŋk] [ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [ðə; ði] [fuːd] [teɪst] ['betər] .

think	it	makes	the	food	taste	better	.
思考	它	制作	这	食物	品尝	更好的	.

啤酒与消化——有些人吃饭时喝啤酒，因为他们认为这样能让食物更美味。

[ˌaɪ 'tiː] ['riːəli] [prɪ'vɛnts, priː'vɛnts][ðem; ðəm][frʌm; frəm] ['getɪŋ] [ðə; ði] [fʊl] [teɪst] [ʌv; əv][ðə; ði] [fuːd]

It	really	prevents	them	from	getting	the	full	taste	of	the	food
它	真的	阻止	他们	从	获得	这	满的	品尝	的	这	食物

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [wɑːʃ] [ˌaɪ 'tiː] [daʊn] [bɪ'fɔːr] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [wel] [soʊkt] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][sə'laɪvə] .

because	they	wash	it	down	before	it	is	well	soaked	with	the	saliva	.
因为	他们	洗	它	向下	前	它	是	出色地	浸泡过	和	这	唾液	.

这样会让他们无法充分品尝到食物的味道，因为他们会在食物被唾液充分浸润之前就把它冲下去。

[fɪg] . - — [ðə; ði] ['stʌmək] ,

Fig	.	29	—	The	stomach	,
如图	.	-	—	这	胃	,

图 29 —胃，

['ʃoʊɪŋ] [ðə; ði] [ə'reɪndʒmənt] [ʌv; əv][ðə; ði] ['mʌskjələr] ['faɪbɚz] [wɪtʃ] ['ælkəhɔːl] [meɪ] ['hɪndər] [frʌm; frəm]

showing	the	arrangement	of	the	muscular	fibers	which	alcohol	may	hinder	from
显示	这	安排	的	这	肌肉发达的	纤维	哪个	酒精	可能	阻碍	从

['duːɪŋ] [gʊd] [wɜːrk] .

doing	good	work	.
正在做	好的	工作	.

图中显示了肌肉纤维的排列方式，酒精可能会阻碍这些纤维发挥正常功能。

[æt; ət][ðə; ði] [raɪt] [ə; eɪ] [piːs] [ɪz] [kʌt] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði][tɑːp] ['leɪər] [ʌv; əv] ['mʌs(ə)l] .

At	the	right	a	piece	is	cut	out	of	the	top	layer	of	muscle	.
在	这	正确的	一个	片	是	切	出去	的	这	顶部	层	的	肌肉	.

右侧是从肌肉表层切下的一块组织。

[ðə; ði]['fleɪvər][ʌv; əv] [bɪr] [meɪ] ['sʌmtaɪmz] [kɔ:z] [æn; ən]['ekstrə] [floʊ] [ʌv; əv]['gæstrɪk][dʒu:s]['ɪntu:][ðə; ði]

The	flavor	of	beer	may	sometimes	cause	an	extra	flow	of	gastric	juice	into	the
这	味道	的	啤酒	可能	有时	原因	一个	额外的	流动	的	胃	汁	进入	这

['stʌmək] ,

stomach	,
胃	,

啤酒的味道有时可能会导致胃液分泌过多。

[bʌt; bət][ðə; ði]['ælkəhɔ:l][ɪn][ðə; ði] [bɪr] [ɪz] ['laɪkli] [tu:; tə] [meɪk] [ðə; ði] ['mu:vmənts] [ʌv; əv][ðə; ði]

but	the	alcohol	in	the	beer	is	likely	to	make	the	movements	of	the
但	这	酒精	在	这	啤酒	是	可能	到	制作	这	移动	的	这

但啤酒中的酒精可能会引起以下情况:

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	58	]
[	页	-	]

[第58页]

['stʌmək] ['sloʊər] .

stomach	slower	.
胃	慢点	.

胃部蠕动减慢。

[ðɪs] [prɪ'vɛnts, pri:'vɛnts][ðə; ði] [fu:d] [frʌm; frəm] ['bi:ɪŋ] [wel] [ænd; ənd] ['kwɪkli] [mɪkst] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][dʒu:siz]

This	prevents	the	food	from	being	well	and	quickly	mixed	with	the	juices
这	阻止	这	食物	从	存在	出色地	和	迅速地	混合	和	这	果汁

.

:
.

这样就无法使食物与汁液充分快速混合。

['sevrəl] ['glæsɪz] [ʌv; əv] [bɪr] [ju:st] [æt; ət][wʌn] [mi:l] [wɪl] [meɪk] [ðə; ði] ['stʌmək] [du:][ɪts] [wɜ:rk] ['veri]

Several	glasses	of	beer	used	at	one	meal	will	make	the	stomach	do	its	work	very
一些	眼镜	的	啤酒	用过的	在	一	一顿饭	将要	制作	这	胃	做	它是	工作	非常

['sloʊli] ,

slowly	,
缓慢地	,

一餐中喝好几杯啤酒会使胃部功能变得非常缓慢。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'ti:] [wɪl] [nɑ:t][du:][ˌaɪ 'ti:] [wel] .

and	it	will	not	do	it	well	.
和	它	将要	不是	做	它	出色地	.

而且它做不好。

[waɪn] [ænd; ənd][daɪ'dʒestʃən] . — [waɪn] [ɪz]['teɪkən][baɪ][sʌm; səm] ['pi:p(ə)l] [tu:; tə] [gɪv] [mɔ:r] ['æpɪtaɪt]

Wine	and	Digestion	.	—	Wine	is	taken	by	some	people	to	give	more	appetite
葡萄酒	和	消化	.	—	葡萄酒	是	已采取	经过	一些	人们	到	给	更多的	食欲

[fɔ:r; fər] [fu:d] .

for	food	.
为了	食物	.

葡萄酒与消化——有些人喝酒是为了增进食欲。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['laɪkli] , [haʊ'evər] ,

It	is	likely	,	however	,
它	是	可能	,	然而	,

然而，很有可能.....

[tuː; tə][duː] [mɔːr] [hɑːrm][ðæn; ðən] [gʊd] [bɪˈkəz, bɪˈkɔːz][ðə; ði]['ælkəhɔːl][ɪn][ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [ðə; ði] ['mʌslz]

to	do	more	harm	than	good	because	the	alcohol	in	it	makes	the	muscles
到	做	更多的	伤害	比	好的	因为	这	酒精	在	它	制作	这	肌肉

[wɪtʃ] [mɪks][ðə; ði] [fuːd] [ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] [ækt] [mɔːr] ['sloʊli] .

which	mix	the	food	in	the	stomach	act	more	slowly	.
哪个	混合	这	食物	在	这	胃	行为	更多的	缓慢地	.

这样做弊大于利，因为其中的酒精会使胃部混合食物的肌肉活动变慢。

[sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] [fuːd] [meɪ] ['saʊər] [bɪˈfɔːr] [ˌaɪ 'tiː] [gets] [wet] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][dʒuːs] .

Some	of	the	food	may	sour	before	it	gets	wet	with	the	juice	.
一些	的	这	食物	可能	酸的	前	它	获得	湿的	和	这	汁	.

有些食物在被汁液浸湿之前可能就已经变酸了。

[mʌtʃ] [waɪn] [juːst] [æt; ət][ə; eɪ] [miːl] [ɪz] ['ɔːlweɪz] ['hɑːrmf(ə)l] .

Much	wine	used	at	a	meal	is	always	harmful	.
很多	葡萄酒	用过的	在	一个	一顿饭	是	总是	有害	.

用餐时过量饮用葡萄酒总是有害的。

['nætʃ(ə)rəl] ['æpɪtaɪt] . — [ɪf] [wʌn][ɪz][ɪn] [helθ] , [hiː; hi] [ʃʊd; ʃəd] [fiːl] [ə; eɪ][dɪ'zaɪər][fɔːr; fər][hɪz; ɪz] [fuːd]

Natural	Appetite	.	—	If	one	is	in	health	,	he	should	feel	a	desire	for	his	food
自然的	食欲	.	—	如果	一	是	在	健康	,	他	应该	感觉	一个	欲望	为了	他的	食物

[æt; ət] ['evri] [miːl] .

at	every	meal	.
在	每一个	一顿饭	.

自然食欲——如果一个人身体健康，那么他在每一餐都应该感到对食物的渴望。

[ðɪs] [dɪ'zaɪər][fɔːr; fər][ə; eɪ]['riːz(ə)nəb(ə)l] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] [fuːd] [ɪz][ə; eɪ]['nætʃ(ə)rəl] ['æpɪtaɪt] .

This	desire	for	a	reasonable	amount	of	food	is	a	natural	appetite	.
这	欲望	为了	一个	合理的	数量	的	食物	是	一个	自然的	食欲	.

对适量食物的渴望是一种自然的食欲。

[freʃ] [er] [ænd; ənd]['eksərsaɪz] [wɪl] [duː] [mʌtʃ] [tuː; tə] [gɪv] [wʌn][ðə; ði] [raɪt] [kaɪnd][ʌv; əv][æn; ən] ['æpɪtaɪt]

Fresh	air	and	exercise	will	do	much	to	give	one	the	right	kind	of	an	appetite
新鲜的	空气	和	锻炼	将要	做	很多	到	给	一	这	正确的	种类	的	一个	食欲

.

:
.

新鲜空气和运动对培养良好的食欲大有裨益。

[ðə; ði] ['iːtɪŋ] [ʌv; əv] [mʌtʃ] [swiːts] [ænd; ənd][ðə; ði] ['briːðɪŋ] [ʌv; əv][bæd] [er] [ɑːr; ər] ['laɪkli] [tuː; tə] [spɔɪl]

The	eating	of	much	sweets	and	the	breathing	of	bad	air	are	likely	to	spoil
这	吃	的	很多	糖果	和	这	呼吸	的	坏的	空气	是	可能	到	剧透

[ðə; ði] ['æpɪtaɪt] .

the	appetite	.
这	食欲	.

吃太多甜食和吸入污浊空气都可能影响食欲。

[ðə; ði][juːz][ʌv; əv][sʌm; səm] [θɪŋz] , [sʌtʃ] [æz; əz]['oʊpiəm] , [tə'bækoʊ] , [bɪr] , [waɪn] , [ænd; ənd] ['wɪski] ,

The	use	of	some	things	,	such	as	opium	,	tobacco	,	beer	,	wine	,	and	whisky	,
这	使用	的	一些	事物	,	这样的	作为	鸦片	,	烟草	,	啤酒	,	葡萄酒	,	和	威士忌酒	,

[kriˈeɪts] [æn; ən] [ʌnˈnætʃrəl] ['æpɪtaɪt] .

creates	an	unnatural	appetite	.
创建	一个	不自然	食欲	.

使用某些东西，例如鸦片、烟草、啤酒、葡萄酒和威士忌，会产生不自然的食欲。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	59	]
[	页	-	]

[ðæt] [ɪz] ,

That	is	,
那	是	,

那是，

['æftər][wʌn][hæz; həz] [juːst] [ðiːz] ['ɑːrtɪk(ə)lz][ə; eɪ] [fjuː] [mʌnθs] [hiː; hi] ['kænɑːt] [stɑːp][ðer; ðər][juːz] [wɪ'ðaʊt] [greɪt] ['sʌfərɪŋ] .

after	one	has	used	these	articles	a	few	months	he	cannot	stop	their	use	without	great	suffering	.
后	一	有	用过的	这些	文章	一个	很少	几个月	他	不能	停止	他们的	使用	没有	伟大的	痛苦	.

使用这些物品几个月后，如果停止使用，就会遭受巨大的痛苦。

[ðə; ði] ['jʌŋgər] [ðə; ði]['pɜːrs(ə)n] , [ðə; ði] ['suːnər] [ðə; ði] ['æpɪtaɪt] [bɪ'kʌmz] [fɪkst] .

The	younger	the	person	,	the	sooner	the	appetite	becomes	fixed	.
这	年轻	这	人	,	这	很快	这	食欲	变成	固定的	.

年龄越小，食欲越早固定。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [jʌŋ] ['pɝːsənz] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [juːz][tə'bækoʊ][ɔːr][ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋks] [ʌv; əv] ['eni] [kaɪnd] .

For	this	reason	young	persons	should	never	use	tobacco	or	alcoholic	drinks	of	any	kind	.
为了	这	原因	年轻的	人	应该	绝不	使用	烟草	或者	酗酒者	饮料	的	任何	种类	.

因此，青少年绝对不应该使用任何种类的烟草或酒精饮料。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[wʌt] [ɪz][daɪ'dʒestʃən] ?

What	is	digestion	?
什么	是	消化	?

什么是消化?

[ˌtuː'tuː] . [neɪm] [ðə; ði][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði] [fuːd] [tuːb] . [θriː] .

2	.	Name	the	parts	of	the	food	tube	.	3	.
2	.	姓名	这	部分	的	这	食物	管子	.	3	.

2. 说出食道的各个部分。3.

[wer] [dʌz] [sə'laɪvə] [kʌm] [frʌm; frəm] ? [fɔːr] .

Where	does	saliva	come	from	?	4	.
在哪里	做	唾液	来	从	?	4	.

唾液从哪里来? 4.

[ɪk'spleɪn] [haʊ] [ðə; ði] [fuːd] [ɪz]['æktɪd][ɑːn][ɪn][ðə; ði] [maʊθ] . [faɪv] .

Explain	how	the	food	is	acted	on	in	the	mouth	.	5	.
解释	如何	这	食物	是	行动	在	在	这	嘴	.	5	.

解释食物在口腔中是如何被作用的。5.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [fuːd] [biː; bi] [wel] [tʃuːd] ? [sɪks] .

Why	should	food	be	well	chewed	?	6	.
为什么	应该	食物	是	出色地	咀嚼	?	6	.

为什么食物需要充分咀嚼? 6.

[wʌt] [fɔːrmz][ðə; ði]['gæstrɪk][dʒuːs] ? ['sɛvən] .

What	forms	the	gastric	juice	?	7	.
什么	表格	这	胃	汁	?	7	.

胃液由什么构成? 7.

[ʌv; əv] [wʌt] [juːz][ɪz][ðə; ði]['gæstrɪk][dʒuːs] ? [eɪt] .

Of	**what**	**use**	**is**	**the**	**gastric**	**juice**	**?**	**8**	**.**
的	什么	使用	是	这	胃	汁	?	8	.

胃液有什么用？8.

[haʊ] [lɔːŋ] [dʌz] [fuːd] [steɪ] [ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] ? [naɪn] .

How	**long**	**does**	**food**	**stay**	**in**	**the**	**stomach**	**?**	**9**	**.**
如何	长的	做	食物	停留	在	这	胃	?	9	.

食物在胃里停留多久？9.

[neɪm] [sʌm; səm] [fuːdz] ['iːzəli] [daiˈdʒestid] . - .

Name	**some**	**foods**	**easily**	**digested**	**.**	**10**	**.**
姓名	一些	食物	容易地	消化	.	-	.

请列举一些容易消化的食物。10.

[wʌt] [dʌz] [ðə; ði] [ɪnˈtestɪn] [duː] ? - .

What	**does**	**the**	**intestine**	**do**	**?**	**11**	**.**
什么	做	这	肠	做	?	-	.

肠道有什么功能？11.

[wʌt] [ɑːr; ər]['vɪlaɪ; 'vɪliː] ? - .

What	**are**	**villi**	**?**	**12**	**.**
什么	是	绒毛	?	-	.

什么是绒毛？12.

[tel] [haʊ] [ðə; ði] [fuːd] [gets] ['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] . - .

Tell	**how**	**the**	**food**	**gets**	**into**	**the**	**blood**	**.**	**13**	**.**
告诉	如何	这	食物	获得	进入	这	血	.	-	.

说明食物是如何进入血液的。13.

[ʌv; əv] [wʌt] [juːz][ɪz][ðə; ði]['lɪvər] ? - .

Of	**what**	**use**	**is**	**the**	**liver**	**?**	**14**	**.**
的	什么	使用	是	这	肝	?	-	.

肝脏有什么用？14.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [wiː; wi][nɑːt] [iːt] [tuː] [mʌtʃ] ? - .

Why	**should**	**we**	**not**	**eat**	**too**	**much**	**?**	**15**	**.**
为什么	应该	我们	不是	吃	也	很多	?	-	.

为什么我们不应该吃得过多？15.

[ʃʊd; ʃəd] [wiː; wi] [iːt] [biˈtwiːn] [miːlz] ? - .

Should	**we**	**eat**	**between**	**meals**	**?**	**16**	**.**
应该	我们	吃	之间	餐	?	-	.

两餐之间应该吃东西吗？16.

[gɪv] [θriː] ['riːz(ə)nz] [waɪ] [juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [nɑːt] [juːz] [təˈbækoʊ] .

Give	**three**	**reasons**	**why**	**you**	**should**	**not**	**use**	**tobacco**	**.**
给	三	原因	为什么	你	应该	不是	使用	烟草	.

请列举三个你不应该使用烟草的理由。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**60**	**]**
[	页	-	]

[第60页]

['tʃæptər] [ˌviːˌaɪ'aɪ'aɪ]

CHAPTER	**VIII**
章	八

第八章

[ðə; ði] [ker] [ʌv; əv][ðə; ði] [maʊθ]

THE	**CARE**	**OF**	**THE**	**MOUTH**
这	关心	的	这	嘴

口腔护理

['sɪknəs] ['ɔːf(ə)n] [bɪ'gɪnz] [ɪn][ðə; ði] [maʊθ] . — [ə; eɪ] [kliːn] [maʊθ] [ænd; ənd] [saʊnd] [tiːθ] [hæv; həv]

Sickness	often	begins	in	the	Mouth	.	—	A	clean	mouth	and	sound	teeth	have
疾病	经常	开始	在	这	嘴	.	—	一个	干净的	嘴	和	声音	牙齿	有

[mʌtʃ] [tuː; tə][duː][ɪn] ['kiːpɪŋ] [wʌn] [wel] .

much	to	do	in	keeping	one	well	.
很多	到	做	在	保持	一	出色地	.

疾病往往始于口腔。——保持口腔清洁和牙齿健康对保持身体健康至关重要。

[ðə; ði][dʒəːmz] [wɪtʃ] [kɔːz] ['nɪrli] [ə; eɪ][hæf] ['mɪljən] ['dɛθs] [ɪn][ðə; ði][ju'naɪtɪd] [steɪts] ['evri] [jɪr]

The	germs	which	cause	nearly	a	half	million	deaths	in	the	United	States	every	year
这	细菌	哪个	原因	几乎	一个	一半	百万	死亡人数	在	这	团结的	各州	每一个	年

['entər] [ðə; ði]['bɑːdi] [θruː] [ðə; ði] [maʊθ] .

enter	the	body	through	the	mouth	.
进入	这	身体	通过	这	嘴	.

每年在美国造成近50万人死亡的病菌都是通过口腔进入人体的。

[ɪf] [ðə; ði] [maʊθ] [ɪz] [ˌʌn'kliːn] ,

If	the	mouth	is	unclean	,
如果	这	嘴	是	不洁	,

如果口腔不洁，

['oʊnli][wʌn][ɔːr] [tuː] [dɪ'ziːz] [dʒəːmz] ['entərɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [rɪ'meɪn] [ðer; ðər][ænd; ənd] [groʊ] .

only	one	or	two	disease	germs	entering	it	may	remain	there	and	grow	.
仅有的	一	或者	二	疾病	细菌	进入	它	可能	保持	那里	和	生长	.

只有一两种病菌进入其中后可能会存活并繁殖。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] [tiːθ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['ʌpər] [dʒɔː][æt; ət][ɪ'lev(ə)n] ['jɪrz] [ʌv; əv][eɪdʒ] .

30	—	The	teeth	of	the	upper	jaw	at	eleven	years	of	age	.
-	—	这	牙齿	的	这	上	颚	在	十一	年	的	年龄	.

30 — 十一岁时上颌的牙齿。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][dʒʌst][æz; əz][ɪm'pɔːrt(ə)nt][tuː; tə] [wɑːʃ] [ðə; ði] [maʊθ] [tuː] [ɔːr] [θriː] [taɪmz] [iːtʃ] [deɪ] [æz; əz]

It	is	just	as	important	to	wash	the	mouth	two	or	three	times	each	day	as
它	是	只是	作为	重要的	到	洗	这	嘴	二	或者	三	时代	每个	天	作为

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə] [wɑːʃ] [ðə; ði][hændz][ænd; ənd] [feɪs] .

it	is	to	wash	the	hands	and	face	.
它	是	到	洗	这	双手	和	脸	.

每天漱口两到三次与洗手洗脸同样重要。

[ə; eɪ] [fjuː] [dʒəːmz][ʌv; əv][dɪf'θɪriəˌdɪp'θɪriə] , [sɔːr] [θroʊt] ,

A	few	germs	of	diphtheria	,	sore	throat	,
一个	很少	细菌	的	白喉	,	疮	喉	,

少量白喉病菌，会引起咽喉痛。

[ɔːr][tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs][ɑːr; ər] ['laɪkli] [tuː; tə][get]['ɪntuː][ðə; ði] [maʊθ] ['eni] [deɪ] ,

or	tuberculosis	are	likely	to	get	into	the	mouth	any	day	,
或者	结核	是	可能	到	得到	进入	这	嘴	任何	天	,

或者说，结核病随时都可能侵入口腔。

[bʌt; bət] [ɪf] [ðə; ði] [maʊθ] [ænd; ənd] [tiːθ] [ɑːr; ər] [wel] [wɑːʃt] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [brʌʃ] ['mɔːrnɪŋ] [ænd; ənd]

but	if	the	mouth	and	teeth	are	well	washed	with	a	brush	morning	and
但	如果	这	嘴	和	牙齿	是	出色地	洗过	和	一个	刷子	早晨	和

[naɪt] ,

night	,
夜晚	,

但如果早晚用牙刷彻底清洁口腔和牙齿，

[ðə; ði][dʒəːmz] [wɪl] [nɑːt][hæv; həv] [taɪm] [tuː; tə] [groʊ] [ænd; ənd] [kɔːz] ['sɪknəs] .

the	germs	will	not	have	time	to	grow	and	cause	sickness	.
这	细菌	将要	不是	有	时间	到	生长	和	原因	疾病	.

细菌没有时间生长繁殖，也就无法致病。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	61	]
[	页	-	]

[第61页]

[ðə; ði] [tiːθ] . — [ðə; ði][fɜːrst] ['twenti] [tiːθ] [ðæt] [ə'pɪr] [ɑːr; ər] [kɔːld] [ðə; ði] [mɪlk] [set] .

The	Teeth	.	—	The	first	twenty	teeth	that	appear	are	called	the	milk	set	.
这	牙齿	.	—	这	第一的	二十	牙齿	那	出现	是	称为	这	牛奶	放	.

牙齿——最初长出的二十颗牙齿称为乳牙。

[ðə; ði] [eɪt] [frʌnt] [tiːθ] [groʊ] [aʊt] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði][fɜːrst] [jɪr] [ʌv; əv][laɪf][ænd; ənd] [bæk] [ʌv; əv] [ðiːz]

The	eight	front	teeth	grow	out	during	the	first	year	of	life	and	back	of	these
这	八	正面	牙齿	生长	出去	期间	这	第一的	年	的	生活	和	后退	的	这些

[twelv] ['ʌðər] [ə'pɪr] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði] ['sekənd] [jɪr] .

twelve	others	appear	during	the	second	year	.
十二	其他的	出现	期间	这	第二	年	.

婴儿出生后第一年会长出八颗门牙，第二年会长出这八颗门牙后面的十二颗牙齿。

[bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['sev(ə)nθ] [ænd; ənd][ðə; ði] [tenθ] [jɪr] [ɔːl][ʌv; əv][ðə; ði] [mɪlk] [tiːθ] [ɑːr; ər] [lɔːst]

Between	the	seventh	and	the	tenth	year	all	of	the	milk	teeth	are	lost
之间	这	第七	和	这	第十	年	全部	的	这	牛奶	牙齿	是	丢失的

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] ['ʌðər] [groʊ] [bɪ'niːθ] [ðem; ðəm][ænd; ənd] [pʊʃ] [ðem; ðəm] [aʊt] .

because	others	grow	beneath	them	and	push	them	out	.
因为	其他的	生长	下面	他们	和	推	他们	出去	.

七岁到十岁之间，所有的乳牙都会脱落，因为新的牙齿会在下面长出来，把它们顶出来。

[fɪg] . - — [ðə; ði] [fʊl] [set] [ʌv; əv] [tiːθ] [ɑːn][ðə; ði] [raɪt] [saɪd][æt; ət] [twelv] ['jɪrz] [ʌv; əv][eɪdʒ] .

Fig	.	31	—	The	full	set	of	teeth	on	the	right	side	at	twelve	years	of	age	.
如图	.	-	—	这	满的	放	的	牙齿	在	这	正确的	边	在	十二	年	的	年龄	.

图 31 — 12 岁时右侧的完整牙齿。

[ðə; ði] ['nʌmbərz] [ʃoʊ] [æt; ət] [wʌt] [jɪr] [ʌv; əv][eɪdʒ] [iːtʃ] [wʌn] [grəuz] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] [gʌm] .

The	numbers	show	at	what	year	of	age	each	one	grows	out	of	the	gum	.
这	数字	展示	在	什么	年	的	年龄	每个	一	生长	出去	的	这	胶	.

这些数字表示每个牙齿在多大年龄时从牙龈中长出来。

[ðə; ði][fɜːrst] [fɔːr] [tiːθ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['sekənd] [set] [ə'pɪr] [ɪn][ðə; ði][sɪksθ] [jɪr] ,

The	first	four	teeth	of	the	second	set	appear	in	the	sixth	year	,
这	第一的	四	牙齿	的	这	第二	放	出现	在	这	第六	年	,

第二组牙齿的前四颗在六岁时长出。

[dʒʌst][bɪ'haɪnd][ðə; ði][læst] [mɪlk] [tiːθ] ([fɪg] . -) .

just	behind	the	last	milk	teeth	(	Fig	.	30	)	.
只是	在后面	这	最后的	牛奶	牙齿	(	如图	.	-	)	.

就在最后一颗乳牙的后面（图 30）。

[ðiːz] [tiːθ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wɑːtʃt] ['veri] ['kloʊsli] [ænd; ənd][æt; ət][ðə; ði][fɜːrst] [saɪn] [ʌv; əv] [dɪ'keɪ] [juː; jʊ]

These	teeth	should	be	watched	very	closely	and	at	the	first	sign	of	decay	you
这些	牙齿	应该	是	观看	非常	密切	和	在	这	第一的	符号	的	衰变	你

[ʃʊd; ʃəd] [goʊ][tuː; tə][ðə; ði] ['dentɪst] .

should	go	to	the	dentist	.
应该	去	到	这	牙医	.

这些牙齿需要密切观察，一旦出现蛀牙的迹象，就应该去看牙医。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	62	]
[	页	-	]

[第62页]

[æz; əz][ðə; ði] [mɪlk] [tiːθ] [get] [luːs] [ænd; ənd] [kʌm] [aʊt] , [ðə; ði] ['sekənd] [set] [ʌv; əv] [tiːθ] [teɪk] [ðer; ðər]

As	the	milk	teeth	get	loose	and	come	out	,	the	second	set	of	teeth	take	their
作为	这	牛奶	牙齿	得到	松动的	和	来	出去	,	这	第二	放	的	牙齿	拿	他们的

['pleɪsɪz] .

places	.
地方	.

当乳牙松动脱落后，第二组牙齿就会取而代之。

[ɪf] [juː; jʊ][ɑːr; ər] [ten] [ɔːr] [ɪ'lev(ə)n] ['jɪrz] [oʊld] ,

If	you	are	ten	or	eleven	years	old	,
如果	你	是	十	或者	十一	年	老的	,

如果你十岁或十一岁，

[juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv] [twelv] [gʊd] [tiːθ] [ɪn][ðə; ði] ['ʌpər] [dʒɔː][ænd; ənd][ðə; ði] [seɪm] ['nʌmbər] [bɪ'loʊ]

you	should	have	twelve	good	teeth	in	the	upper	jaw	and	the	same	number	below
你	应该	有	十二	好的	牙齿	在	这	上	颚	和	这	相同的	数字	以下

.

:
.

你的上颌应该有十二颗健康的牙齿，下颌也应该有相同数量的牙齿。

[ðə; ði] [læst] [wʌnz] [tuː; tə] [breɪk] [θruː] [ðə; ði] [gʌmz] [ɑːr; ər][ðə; ði] [fɔːr] ['wɪzdəm] [tiːθ] [æt; ət][ðə; ði]

The	last	ones	to	break	through	the	gums	are	the	four	wisdom	teeth	at	the
这	最后的	一个	到	休息	通过	这	牙龈	是	这	四	智慧	牙齿	在	这

[bæk] [ʌv; əv][ðə; ði] [maʊθ] .

back	of	the	mouth	.
后退	的	这	嘴	.

最后萌出的牙齿是位于口腔后部的四颗智齿。

[ðeɪ] [ə'pɪr] ['æftər][ðə; ði] [ˌsev(ə)n'tiːnθ] [jɪr] .

They	appear	after	the	seventeenth	year	.
他们	出现	后	这	第十七	年	.

它们在十七年后出现。

[ðə; ði] [frʌnt] [tiːθ] [ɑːr; ər] [kɔːld] [ɪn'saɪzəz] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [juːst] [tuː; tə] [kʌt] [ðə; ði] [fuːd] .

The	front	teeth	are	called	incisors	because	they	are	used	to	cut	the	food	.
这	正面	牙齿	是	称为	门牙	因为	他们	是	用过的	到	切	这	食物	.

前牙被称为门牙，因为它们是用来切割食物的。

[ðə; ði] [bæk] [tiːθ] [ɑːr; ər] [neɪmd] [məʊ'ləz] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [juːst] [ɪn] ['greɪndɪŋ] [ðə; ði] [fuːd] .

The	back	teeth	are	named	molars	because	they	are	used	in	grinding	the	food	.
这	后退	牙齿	是	命名	臼齿	因为	他们	是	用过的	在	研磨	这	食物	.

后牙被称为臼齿，因为它们用于研磨食物。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv] [tiːθ] [nɑːt] [kept] [kliːn] ,

32	—	Photograph	of	teeth	not	kept	clean	,
-	—	照片	的	牙齿	不是	保留	干净的	,

32 —牙齿清洁不彻底的照片，

['ʃoʊɪŋ] [haʊ] [dʒəːmz][ænd; ənd][ə; eɪ]['saʊər] ['sʌbstəns] [kɔːld] ['æsɪd] [iːt] [hoʊlz] [ɪn][ðem; ðəm][ænd; ənd]

showing	how	germs	and	a	sour	substance	called	acid	eat	holes	in	them	and
显示	如何	细菌	和	一个	酸的	物质	称为	酸	吃	孔	在	他们	和

[ðʌs] [kɔːz] [dɪ'keɪ] [ænd; ənd] ['tuːθeɪk] .

thus	cause	decay	and	toothache	.
因此	原因	衰变	和	牙疼	.

展示了细菌和一种叫做酸的酸性物质如何腐蚀牙齿，从而导致蛀牙和牙痛。

['tuːθeɪk] . — ['tuːθeɪk] [ɪz][ə; eɪ] ['kɑːmən] ['eɪlmənt] , [ænd; ənd] [jet] [ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi] [ɪn'taɪərli]

Toothache	**.**	**—**	**Toothache**	**is**	**a**	**common**	**ailment**	**,**	**and**	**yet**	**it**	**can**	**be**	**entirely**
牙疼	.	—	牙疼	是	一个	常见的	病痛	,	和	然而	它	能	是	完全

[pri'ventid] .

prevented	**.**
阻止	.

牙痛——牙痛是一种常见疾病，但它是可以完全预防的。

[ə; eɪ] [tuːθ] [dʌz] [nɑːt] [eɪk] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz][ə; eɪ] [hoʊl] [ɪn][ˌaɪ 'tiː] .

A	**tooth**	**does**	**not**	**ache**	**until**	**it**	**has**	**a**	**hole**	**in**	**it**	**.**
一个	齿	做	不是	疼痛	直到	它	有	一个	洞	在	它	.

牙齿只有出现蛀牙才会疼痛。

[ðə; ði] ['tendər] [nɜːrv] [wɪ'ðɪn] ['gɪvz] [ˌjuː 'es] ['wɔːrnɪŋ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['biːɪŋ] [hɜːrt] .

The	**tender**	**nerve**	**within**	**gives**	**us**	**warning**	**that**	**it**	**is**	**being**	**hurt**	**.**
这	投标	神经	之内	给予	我们	警告	那	它	是	存在	伤害	.

内部敏感的神经会发出受伤的警告。

[ðə; ði] ['dentɪst] [kæn; kən][stɑːp][ðə; ði] [eɪk] [ænd; ənd] [mend] [ðə; ði] [tuːθ] [soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [nɑːt] [eɪk]

The	**dentist**	**can**	**stop**	**the**	**ache**	**and**	**mend**	**the**	**tooth**	**so**	**that**	**it**	**will**	**not**	**ache**
这	牙医	能	停止	这	疼痛	和	修补	这	齿	所以	那	它	将要	不是	疼痛

[ə'gen] .

again	**.**
再次	.

牙医可以止痛并修复牙齿，使其不再疼痛。

[lʊk] [æt; ət][jʊr; jər] [tiːθ] ['evri] [mʌnθ] [ænd; ənd] [fiːl] [ə'baʊt] [ðem; ðəm][wɪð; wɪθ][ə; eɪ] ['wʊd(ə)n] [tuːθ] -

Look	**at**	**your**	**teeth**	**every**	**month**	**and**	**feel**	**about**	**them**	**with**	**a**	**wooden**	**tooth**	**-**
看	在	你的	牙齿	每一个	月	和	感觉	关于	他们	和	一个	木制的	齿	-

[pɪk] [tuː; tə] [noʊ] [wen] [ðə; ði] [dɪ'keɪ] [bɪ'gɪnz] .

pick	**to**	**know**	**when**	**the**	**decay**	**begins**	**.**
挑选	到	知道	什么时候	这	衰变	开始	.

每个月检查一次牙齿，用木制牙签感受一下，看看蛀牙何时开始出现。

[ɪf] [ðə; ði]['lɪt(ə)l]

If	**the**	**little**
如果	这	小的

小

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**63**	**]**
[	页	-	]

[第63页]

[hoʊlz] [ɑːr; ər] ['mɛndɪd] [æz; əz] [suːn] [æz; əz] [faʊnd] , [juː; jʊ] [wɪl] ['nevər] [hæv; həv] ['tuːθeɪk] ,

holes	**are**	**mended**	**as**	**soon**	**as**	**found**	**,**	**you**	**will**	**never**	**have**	**toothache**	**,**
孔	是	已修复	作为	很快	作为	成立	,	你	将要	绝不	有	牙疼	,

一旦发现蛀牙，立即修补，您将不再受牙痛困扰。

[ænd; ənd][juː; jʊ][kæn; kən] [kiːp] [jʊr; jər] [tiːθ] [æz; əz] [lɔːŋ] [æz; əz][juː; jʊ][lɪv; laɪv] .

and	**you**	**can**	**keep**	**your**	**teeth**	**as**	**long**	**as**	**you**	**live**	**.**
和	你	能	保持	你的	牙齿	作为	长的	作为	你	居住	.

这样你就能终生保有牙齿。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [slaɪs] [daʊn] [θruː] [ə; eɪ] [tuːθ] ['ʃoʊɪŋ] [ef] , [ðə; ði][ɪ'næm(ə)l] , [ænd; ənd][diː] ,

33	**—**	**Slice**	**down**	**through**	**a**	**tooth**	**showing**	**f**	**,**	**the**	**enamel**	**,**	**and**	**d**	**,**
-	—	片	向下	通过	一个	齿	显示	f	,	这	搪瓷	,	和	d	,

33 —切开牙齿，露出 f（牙釉质）和 d，

[ðə; ði] [sɔːft] [pʌlp] [wɪð; wɪθ] [nəːvs] [ænd; ənd] [blʌd] [tjʊb] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [ruːt] [æt; ət] [eɪtʃ] .

the	soft	pulp	with	nerves	and	blood	tubes	from	the	root	at	h	.
这	柔软的	纸浆	和	神经	和	血	管子	从	这	根	在	h	.

牙髓柔软，内含神经和血管，从根部延伸至h处。

[haʊ] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [tiːθ] [saʊnd] . — ['evri] [tuːθ] [ɪz] ['kʌvərd] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv] [hɑːrd] ['ʃaɪnɪŋ] ['sʌbstəns] [kɔːld] [ɪ'næm(ə)l] ([fɪg] . -) .

How	to	keep	the	Teeth	Sound	.	—	Every	tooth	is	covered	with	a	layer	of	hard	shining	substance	called	enamel	(	Fig	.	33	)	.
如何	到	保持	这	牙齿	声音	.	—	每一个	齿	是	涵盖	和	一个	层	的	难的	灼灼	物质	称为	搪瓷	(	如图	.	-	)	.

如何保持牙齿健康——每颗牙齿都覆盖着一层坚硬闪亮的物质，称为牙釉质（图33）。

[soʊ] [lɔːŋ] [æz; əz] [ðɪs] [ɪz] [ʌn'broʊkən] [ðə; ði] ['sɑːftɚ, 'sɔftɚ] ['boʊni] [pɑːrt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tuːθ] ['kænɑːt] [dɪ'keɪ] .

So	long	as	this	is	unbroken	the	softer	bony	part	of	the	tooth	cannot	decay	.
所以	长的	作为	这	是	未破	这	更柔和	骨质	部分	的	这	齿	不能	衰变	.

只要这部分没有破损，牙齿较软的骨质部分就不会腐烂。

[æt; ət] [ðə; ði] [beɪs] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tuːθ] [wer] [ðə; ði] [gʌm] [dʒɔɪnz] [ˌaɪ 'tiː] [ðə; ði] [ɪ'næm(ə)l] [ɪz] ['veri] [θɪn] ,

At	the	base	of	the	tooth	where	the	gum	joins	it	the	enamel	is	very	thin	,
在	这	根据	的	这	齿	在哪里	这	胶	加入	它	这	搪瓷	是	非常	薄的	,

牙齿根部与牙龈连接处的牙釉质非常薄。

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [skrætʃ] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [pɪn] [ɔːr] ['ʌðər] ['ɪnstrəmənt] [meɪ] [breɪk] [ˌaɪ 'tiː] .

so	that	the	scratch	of	a	pin	or	other	instrument	may	break	it	.
所以	那	这	划痕	的	一个	别针	或者	其他	乐器	可能	休息	它	.

因此，用针或其他工具刮擦都可能将其弄断。

['nevər] [pɪk] [ðə; ði] [tiːθ] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [pɪn] [ɔːr] ['niːd(ə)l] .

Never	pick	the	teeth	with	a	pin	or	needle	.
绝不	挑选	这	牙齿	和	一个	别针	或者	针	.

千万不要用针或大头针剔牙。

[ðə; ði] ['baɪtɪŋ] [ɔːf] [ʌv; əv] [θred] , ['fɪŋgər] [neɪlz] , [ænd; ənd] ['ʌðər] [hɑːrd] [mə'tɪriəl] [meɪ] [kræk] [ðə; ði] [ɪ'næm(ə)l] .

The	biting	off	of	thread	,	finger	nails	,	and	other	hard	material	may	crack	the	enamel	.
这	咬	离开	的	线	,	手指	指甲	,	和	其他	难的	材料	可能	裂缝	这	搪瓷	.

啃咬线头、指甲和其他硬物可能会导致牙釉质开裂。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] ['ɔːlsoʊ] [biː; bi] ['sɔfənd] [ænd; ənd] ['iːtn] [ə'weɪ] [baɪ] ['æsɪd] [fɔːrmd] [wer] [fuːd] [rɪ'meɪnz] [ə'baʊt] [ə; eɪ] [tuːθ] .

It	may	also	be	softened	and	eaten	away	by	acid	formed	where	food	remains	about	a	tooth	.
它	可能	还	是	软化	和	吃	离开	经过	酸	形成	在哪里	食物	遗迹	关于	一个	齿	.

牙齿周围残留食物产生的酸性物质也会软化并腐蚀牙齿。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ə; eɪ] [kwɪl] [ɔːr] ['wʊd(ə)n] [pɪk] [ɔːr] [piːs] [ʌv; əv] [tʌf] [θred] , [kɔːld] ['dent(ə)l] [flɑːs] ,

For	this	reason	a	quill	or	wooden	pick	or	piece	of	tough	thread	,	called	dental	floss
为了	这	原因	一个	鹅毛笔	或者	木制的	挑选	或者	片	的	艰难的	线	,	称为	牙科	牙线

,

因此，可以使用羽毛笔、木制探针或一段坚韧的线，也就是牙线。

[ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [juːst] [tuː; tə] [klɪr] [ðə; ði] [tiːθ] [ʌv; əv] [fuːd] ['æftər] [iːtʃ] [miːl] .

should	be	used	to	clear	the	teeth	of	food	after	each	meal	.
应该	是	用过的	到	清除	这	牙齿	的	食物	后	每个	一顿饭	.

每餐后都应使用牙刷清除牙齿上的食物残渣。

['slaɪmi] ['mætər] [kə'lekts] ['oʊvər][ðə; ði] [hoʊl] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði] [tiːθ] ,

Slimy	**matter**	**collects**	**over**	**the**	**whole**	**surface**	**of**	**the**	**teeth**	**,**
黏糊糊的	事情	收集	超过	这	所有的	表面	的	这	牙齿	,

黏液积聚在牙齿的整个表面，

[ænd; ənd][ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [kɔːz] [dɪ'keɪ] [ɪn][spɑːts] [ən'les] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [kliːnd] [ɔːf] [naɪt] [ænd; ənd] ['mɔːrnɪŋ]

and	**is**	**likely**	**to**	**cause**	**decay**	**in**	**spots**	**unless**	**it**	**is**	**cleaned**	**off**	**night**	**and**	**morning**
和	是	可能	到	原因	衰变	在	地点	除非	它	是	已清洗	离开	夜晚	和	早晨

[wɪð; wɪθ] [brʌʃ] [ænd; ənd]['wɔːtər] .

with	**brush**	**and**	**water**	**.**
和	刷子	和	水	.

如果不早晚用刷子和水清洗，可能会导致局部腐烂。

[ðə; ði] ['tʃuːɪŋ] [ʌv; əv][draɪ] [krʌsts] [ʌv; əv] [bred] [ɔːr] ['krækərz] ['streŋθnz] [ðə; ði] [tiːθ] [ænd; ənd] [kiːps]

The	**chewing**	**of**	**dry**	**crusts**	**of**	**bread**	**or**	**crackers**	**strengthens**	**the**	**teeth**	**and**	**keeps**
这	咀嚼	的	干燥	外壳	的	面包	或者	饼干	加强	这	牙齿	和	保持

[ɔːf] [dɪ'keɪ] .

off	**decay**	**.**
离开	衰变	.

咀嚼面包皮或饼干皮可以强健牙齿，预防蛀牙。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**64**	**]**
[	页	-	]

[第64页]

[waɪ] ['kændi] [ænd; ənd] ['ʌðər] [swiːts] [kɔːz] [ðə; ði] [tiːθ] [tuː; tə] [dɪ'keɪ] . — [ə; eɪ]['saʊər] ['sʌbstəns]

Why	**Candy**	**and**	**other**	**Sweets**	**cause**	**the**	**Teeth**	**to**	**Decay**	**.**	**—**	**A**	**sour**	**substance**
为什么	糖果	和	其他	糖果	原因	这	牙齿	到	衰变	.	—	一个	酸的	物质

[kɔːld] ['æsɪd]['juːʒuəli; 'juːʒəli]['stɑːrts][ðə; ði] [dɪ'keɪ] [ʌv; əv][ə; eɪ] [tuːθ] [baɪ] ['iːtɪŋ] [θruː] [ðə; ði][ɪ'næm(ə)l] .

called	**acid**	**usually**	**starts**	**the**	**decay**	**of**	**a**	**tooth**	**by**	**eating**	**through**	**the**	**enamel**	**.**
称为	酸	通常	开始	这	衰变	的	一个	齿	经过	吃	通过	这	搪瓷	.

为什么糖果和其他甜食会导致蛀牙？——一种叫做酸的酸性物质通常会腐蚀牙釉质，从而导致蛀牙。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第3/8页

[dʒəːmz] [tʃeɪndʒ] ['ʃʊgər] [ænd; ənd] ['ʌðər] [swiːts] ['ɪntuː][æn; ən]['æsɪd] .

Germs	**change**	**sugar**	**and**	**other**	**sweets**	**into**	**an**	**acid**	**.**
细菌	改变	糖	和	其他	糖果	进入	一个	酸	.

细菌会将糖和其他甜食转化为酸。

[ðə; ði]['æsɪd][ɪz][nɑːt] [meɪd] [æt; ət][wʌns] .

The	**acid**	**is**	**not**	**made**	**at**	**once**	**.**
这	酸	是	不是	制成	在	一次	.

这种酸不是一次性生成的。

[æn; ən]['aʊər][ɔːr] [mɔːr] [ɪz] ['niːdɪd] [fɔːr; fər][ðə; ði][dʒəːmz][tuː; tə] [groʊ] [tuː; tə][fɔːrm][ðə; ði]['æsɪd] .

An	**hour**	**or**	**more**	**is**	**needed**	**for**	**the**	**germs**	**to**	**grow**	**to**	**form**	**the**	**acid**	**.**
一个	小时	或者	更多的	是	需要	为了	这	细菌	到	生长	到	形式	这	酸	.

细菌需要至少一小时才能生长并形成酸。

[ɪf] , ['æftər] ['iːtɪŋ] [swiːt] [fuːdz] , [ðə; ði] [maʊθ] [ɪz] [wel] [kliːnd] , [noʊ]['æsɪd] [wɪl] [biː; bi] [fɔːrmd] .

If	**,**	**after**	**eating**	**sweet**	**foods**	**,**	**the**	**mouth**	**is**	**well**	**cleaned**	**,**	**no**	**acid**	**will**	**be**	**formed**	**.**
如果	,	后	吃	甜的	食物	,	这	嘴	是	出色地	已清洗	,	不	酸	将要	是	形成	.

如果吃甜食后彻底清洁口腔，就不会产生酸性物质。

['ʃʊgər] [ænd; ənd]['kændi][duː][nɑːt] , ['ðerfɔːr] , [spɔɪl] [ðə; ði] [tiːθ] [ən'les] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [left] ['stɪkɪŋ] [ə'baʊt] [ðem; ðəm] .

Sugar	**and**	**candy**	**do**	**not**	**,**	**therefore**	**,**	**spoil**	**the**	**teeth**	**unless**	**it**	**is**	**left**	**sticking**	**about**	**them**	**.**
糖	和	糖果	做	不是	,	所以	,	剧透	这	牙齿	除非	它	是	左边	粘性	关于	他们	.

因此，糖和糖果不会损害牙齿，除非它们长时间粘附在牙齿上。

[haʊ] [tuː; tə] [brʌʃ] [ðə; ði] [tiːθ] . — ['evri] [bɔɪ] [ænd; ənd][gɜːrl] [ʃʊd; ʃəd] [oʊn] [ə; eɪ] ['tuːθbrʌʃ] .

How	**to**	**brush**	**the**	**Teeth**	**.**	**—**	**Every**	**boy**	**and**	**girl**	**should**	**own**	**a**	**toothbrush**	**.**
如何	到	刷子	这	牙齿	.	—	每一个	男生	和	女孩	应该	自己的	一个	牙刷	.

如何刷牙——每个男孩和女孩都应该拥有一把牙刷。

[ðə; ði] [tiːθ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [brʌʃt] ['evri] [naɪt] [ænd; ənd] ['mɔːrnɪŋ] [ænd; ənd] [kept] [waɪt] .

The	**teeth**	**should**	**be**	**brushed**	**every**	**night**	**and**	**morning**	**and**	**kept**	**white**	**.**
这	牙齿	应该	是	刷过	每一个	夜晚	和	早晨	和	保留	白色的	.

每天早晚都要刷牙，保持牙齿洁白。

['jeloʊ] [ɔːr] [greɪ] ['slaɪmi] [tiːθ] [ɑːr; ər] ['veri] ['ʌgli] .

Yellow	**or**	**gray**	**slimy**	**teeth**	**are**	**very**	**ugly**	**.**
黄色的	或者	灰色的	黏糊糊的	牙齿	是	非常	丑陋的	.

黄色或灰色的黏糊糊的牙齿非常难看。

[ðə; ði] [tiːθ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [brʌʃt] [ɑːn][ðə; ði][ˌɪn'saɪd][æz; əz] [wel] [æz; əz][ɑːn][ðə; ði] [ˌaʊt'saɪd] .

The	**teeth**	**should**	**be**	**brushed**	**on**	**the**	**inside**	**as**	**well**	**as**	**on**	**the**	**outside**	**.**
这	牙齿	应该	是	刷过	在	这	里面	作为	出色地	作为	在	这	外部	.

刷牙时，牙齿内外都要刷。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [best] [tuː; tə] [brʌʃ] [ðə; ði] [tiːθ] [ˈkrɔːswaɪz] [fɔːr; fər] [tuː] [ˈmɪnɪts] [ænd; ənd] [ðen] [spend]

It	is	best	to	brush	the	teeth	crosswise	for	two	minutes	and	then	spend
它	是	最好的	到	刷子	这	牙齿	横向	为了	二	分钟	和	然后	花费

[əˈnʌðər] [tuː] [ˈmɪnɪts] [ˈbrʌʃɪŋ] [ðə; ði] [ˈʌpər] [tiːθ] [ˈdaʊnwərdz] [ænd; ənd] [ðə; ði] [ˈloʊər] [tiːθ]

another	two	minutes	brushing	the	upper	teeth	downwards	and	the	lower	teeth
其他	二	分钟	刷牙	这	上	牙齿	向下	和	这	降低	牙齿

[ˈʌpwərdz] .

upwards	.
向上	.

最好先横向刷牙两分钟，然后再用两分钟时间向下刷上牙，向上刷下牙。

[ðɪs] [prɪˈvɛnts, priːˈvɛnts] [ˈpʊʃɪŋ] [ðə; ði] [gʌm] [əˈweɪ] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [tiːθ] .

This	prevents	pushing	the	gum	away	from	the	teeth	.
这	阻止	推动	这	胶	离开	从	这	牙齿	.

这样可以防止牙龈与牙齿分离。

[ˈplenti] [ʌv; əv] [ˈwɔːtər] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [juːst] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [brʌʃ] ,

Plenty	of	water	should	be	used	with	the	brush	,
很多	的	水	应该	是	用过的	和	这	刷子	,

刷子上应该蘸取大量的水。

[ænd; ənd] [ə; eɪ] [ˈlɪt(ə)l] [gʊd] [ˈpaʊdər] [ɪz] [ˈhelpf(ə)l] [wʌns] [ə; eɪ] [deɪ] .

and	a	little	good	powder	is	helpful	once	a	day	.
和	一个	小的	好的	粉末	是	有帮助	一次	一个	天	.

每天服用少量优质爽身粉是有益的。

[haʊ] [ðə; ði] [ˈdentɪst] [kæn; kən] [help] . — [ˈsʌmtaɪmz] [ðə; ði] [mɪlk] [tiːθ] [duː] [nɑːt] [get] [luːs] [soʊ] [ðæt]

How	the	Dentist	can	Help	.	—	Sometimes	the	milk	teeth	do	not	get	loose	so	that
如何	这	牙医	能	帮助	.	—	有时	这	牛奶	牙齿	做	不是	得到	松动的	所以	那

[ðeɪ] [kæn; kən] [biː; bi] [pʊld] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [ˈfɪŋgərz] [æt; ət] [ðə; ði] [raɪt] [taɪm] .

they	can	be	pulled	with	the	fingers	at	the	right	time	.
他们	能	是	拉	和	这	手指	在	这	正确的	时间	.

牙医如何提供帮助——有时乳牙不会松动，所以无法在适当的时候用手指拔除。

[ðə; ði] [ˈsekənd] [tiːθ] [ðen] [kʌm] [ɪn] [æt; ət] [wʌn] [saɪd] [ænd; ənd] [meɪ] [ˈnevər] [get] [streɪt] [ɪn] [pleɪs] .

The	second	teeth	then	come	in	at	one	side	and	may	never	get	straight	in	place	.
这	第二	牙齿	然后	来	在	在	一	边	和	可能	绝不	得到	直的	在	地方	.

第二颗牙齿会从一侧长出来，而且可能永远无法长到笔直的位置。

[ðeɪ] [ðen] [spɔɪl] [ðə; ði] [əˈpɪrəns] [ʌv; əv] [ðə; ði] [feɪs]

They	then	spoil	the	appearance	of	the	face
他们	然后	剧透	这	外貌	的	这	脸

它们会破坏面部美观。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	65	]
[	页	-	]

[第65页]

[ænd; ənd] [duː] [pʊr] [wɜːrk] [ɪn] [ˈtʃuːɪŋ] .

and	do	poor	work	in	chewing	.
和	做	贫穷的	工作	在	咀嚼	.

咀嚼能力差。

[ðə; ði] [ˈdentɪst] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [æskt] [tuː; tə] [help] ['streɪtn] [ðə; ði] [tiːθ] [æz; əz] [suːn] [æz; əz] [ðeɪ]

The	dentist	should	be	asked	to	help	straighten	the	teeth	as	soon	as	they
这	牙医	应该	是	问	到	帮助	拉直	这	牙齿	作为	很快	作为	他们

[əˈpɪr] [ˈkrʊkɪd] .

appear	crooked	.
出现	歪	.

一旦发现牙齿歪斜，就应该立即请牙医帮忙矫正。

[fɪg] .
Fig **.**
如图 .

如图。

- — [ɪg'zækt] ['drɔːɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði] [tiːθ] [ʌv; əv] [tuː] ['pɜːsənz] .
34 **—** **Exact** **drawing** **of** **the** **teeth** **of** **two** **persons** **.**
- 一 精确的 绘画 的 这 牙齿 的 二 人 .

34 — 两个人牙齿的精确绘图。

[ðoʊz] [ɪn][ðə; ði] ['loʊər] ['pɪktʃər] [bɪ'gæn][tuː; tə] [dɪ'keɪ] ['oʊvər] ['twenti] - [faɪv] ['jɪrz] [ə'goʊ][ænd; ənd] [ðeɪ]
Those **in** **the** **lower** **picture** **began** **to** **decay** **over** **twenty** **-** **five** **years** **ago** **and** **they**
那些 在 这 降低 图片 开始 到 衰变 超过 二十 - 五 年 前 和 他们
[wɜːr; wər] [ðen] [fɪld] [soʊ][æz; əz][tuː; tə] [rɪ'meɪn] ['pɜːrfɪkt] .
were **then** **filled** **so** **as** **to** **remain** **perfect** **.**
是 然后 已填 所以 作为 到 保持 完美的 .

下图中的那些东西在二十五年前就开始腐烂，后来被填满，以保持完好无损。

[ðə; ði] [tiːθ] [ɪn][ðə; ði] ['ʌpər] ['pɪktʃər] [bɪ'gæn][tuː; tə] [dɪ'keɪ] [les] [ðæn; ðən][ten] ['jɪrz] [ə'goʊ][bʌt; bət]
The **teeth** **in** **the** **upper** **picture** **began** **to** **decay** **less** **than** **ten** **years** **ago** **but**
这 牙齿 在 这 上 图片 开始 到 衰变 较少的 比 十 年 前 但
[wɜːr; wər][nɑːt] [fɪld] .
were **not** **filled** **.**
是 不是 已填 .

上图中的牙齿在不到十年前就开始蛀牙，但还没有进行补牙。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [waɪz] [tuː; tə][hæv; həv][ðə; ði] ['dentɪst] [ɪg'zæmɪn] [ðə; ði] [tiːθ] [wʌns] [ɔːr] [twaɪs] ['evri] [jɪr]
It **is** **wise** **to** **have** **the** **dentist** **examine** **the** **teeth** **once** **or** **twice** **every** **year**
它 是 明智的 到 有 这 牙医 检查 这 牙齿 一次 或者 两次 每一个 年
[ænd; ənd] [rɪ'muːv] [ə; eɪ]['laɪmɪ] ['sʌbstəns] [kɔːld] ['tɑːrtər] [kə'lektɪŋ] [æt; ət][ðer; ðər] [beɪs] .
and **remove** **a** **limy** **substance** **called** **tartar** **collecting** **at** **their** **base** **.**
和 消除 一个 石灰质 物质 称为 鞑靼 收集 在 他们的 根据 .

每年让牙医检查一到两次牙齿，并清除牙齿根部积聚的称为牙垢的石灰质物质，这是明智之举。

[ðə; ði] ['dentɪst] [kæn; kən][stɑːp][ðə; ði] [dɪ'keɪ] [ɪn][ə; eɪ] [tuːθ] [baɪ] ['kliːnɪŋ]
The **dentist** **can** **stop** **the** **decay** **in** **a** **tooth** **by** **cleaning**
这 牙医 能 停止 这 衰变 在 一个 齿 经过 打扫

牙医可以通过清洁牙齿来阻止蛀牙。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[**Pg** **66** **]**
[页 -]

[第66页]

[aʊt] [ðə; ði]['lɪt(ə)l] [hoʊl] [ænd; ənd] ['fɪlɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][wɪð; wɪθ][goʊld][ɔːr][sʌm; səm] ['ʌðər] [mə'tɪriəl] .
out **the** **little** **hole** **and** **filling** **it** **with** **gold** **or** **some** **other** **material** **.**
出去 这 小的 洞 和 填充 它 和 金子 或者 一些 其他 材料 .

从小孔中取出，然后用黄金或其他材料填充。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [kɔːz] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [peɪn] [ænd; ənd] [ɪk'spens] [tuː; tə][hæv; həv][ðə; ði] [tiːθ] [fɪld] ,
It **may** **cause** **a** **little** **pain** **and** **expense** **to** **have** **the** **teeth** **filled** **,**
它 可能 原因 一个 小的 疼痛 和 费用 到 有 这 牙齿 已填 ,

补牙可能会带来一些疼痛和费用，

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [seɪv] [ə; eɪ] ['hʌndrəd] [taɪmz] [æz; əz] [mʌtʃ] [peɪn] [ænd; ənd] [ɪk'spens] ['leɪtər] .
but **it** **will** **save** **a** **hundred** **times** **as** **much** **pain** **and** **expense** **later** **.**
但 它 将要 节省 一个 百 时代 作为 很多 疼痛 和 费用 之后 .

但这会在以后为你省去百倍的痛苦和费用。

[ðə; ði][sɪks] [jɪr] [məʊ'ləz] [niːd] ['speʃ(ə)l] [ker] [æz; əz] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['laɪkli] [tuː; tə] [dɪ'keɪ] ['ɜːrli] .
The **six** **year** **molars** **need** **special** **care** **as** **they** **are** **likely** **to** **decay** **early** **.**
这 六 年 臼齿 需要 特别的 关心 作为 他们 是 可能 到 衰变 早期的 .

六岁臼齿需要特别护理，因为它们容易早期龋坏。

['i:v(ə)n][ðə; ði][mɪlk] [ti:θ] ['ɔ:f(ə)n] [ni:d] ['fɪlɪŋ] [soʊ][ðæt] [ðeɪ] [wɪl][nɑ:t][bi:; bi][lɔ:st] [tu:] [su:n] .

Even	the	milk	teeth	often	need	filling	so	that	they	will	not	be	lost	too	soon	.
甚至	这	牛奶	牙齿	经常	需要	填充	所以	那	他们	将要	不是	是	丢失的	也	很快	.

即使是乳牙也经常需要补牙，以免过早脱落。

[bæd] [ti:θ] [kɔ:z] ['sɪknəs] . — [wen] ['eniθɪŋ] [di'keiz] , [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [fʊl] [ʌv; əv][dʒə:mz] ,

Bad	Teeth	cause	Sickness	.	—	When	anything	decays	,	it	is	full	of	germs	,
坏的	牙齿	原因	疾病	.	—	什么时候	任何事物	衰变	,	它	是	满的	的	细菌	,

牙齿不好会导致疾病。——任何东西腐烂后都会滋生细菌。

[ænd; ənd] [ðeɪ] [ɑ:r; ər] ['ɔ:lweɪz] ['gɪvɪŋ] [ɔ:f] [sʌm; səm] ['pɔɪzn] .

and	they	are	always	giving	off	some	poison	.
和	他们	是	总是	给予	离开	一些	毒	.

而且它们总是会释放一些毒素。

[ðə; ði] ['pɔɪzn] [meɪ] [hɜ:rt][ðə; ði]['bɑ:di][ænd; ənd][ɪz] ['laɪkli] [tu:; tə] [meɪk] [pɑ:rts][ʌv; əv][ðə; ði] [maʊθ] [sɔ:r]

The	poison	may	hurt	the	body	and	is	likely	to	make	parts	of	the	mouth	sore
这	毒	可能	伤害	这	身体	和	是	可能	到	制作	部分	的	这	嘴	疮

[ænd; ənd] ['tendər] [soʊ] [ðæt] ['ʌðər] [dʒə:mz][ʌv; əv] [dɪ'zi:z] [kæn; kən] [breɪk] [θru:] ['ɪntu:][ðə; ði] [fleʃ] .

and	tender	so	that	other	germs	of	disease	can	break	through	into	the	flesh	.
和	投标	所以	那	其他	细菌	的	疾病	能	休息	通过	进入	这	肉	.

这种毒素可能会伤害身体，并可能导致口腔部分区域疼痛和触痛，从而使其他致病细菌能够侵入肌肉组织。

[dɪ'zi:z] [dʒə:mz][kæn; kən] ['i:zəli] [lɑ:dʒ] [ɪn][ðə; ði] [hoʊlz] [ʌv; əv] [dɪ'keɪɪŋ] [ti:θ] , [groʊ] [ɪn] ['nʌmbərz] ,

Disease	germs	can	easily	lodge	in	the	holes	of	decaying	teeth	,	grow	in	numbers	,
疾病	细菌	能	容易地	小屋	在	这	孔	的	腐烂的	牙齿	,	生长	在	数字	,

致病细菌很容易在蛀牙的牙洞里滋生繁殖，

[ænd; ənd] ['faɪnəli] [kɔ:z] [dɪfˈθɪriəˌdɪpˈθɪriə] , [sɔ:r] [θroʊt] , [ɔ:r] ['ʌðər] ['eilmənts] .

and	finally	cause	diphtheria	,	sore	throat	,	or	other	ailments	.
和	最后	原因	白喉	,	疮	喉	,	或者	其他	疾病	.

最终可能导致白喉、咽喉痛或其他疾病。

[fɔ:r] [aʊt] [ʌv; əv] ['evri] [faɪv] ['tʃɪldrən] ['sʌfərɪŋ] [frʌm; frəm][dɪfˈθɪriəˌdɪpˈθɪriə][ɔ:r] ['ʌðər] [θroʊt] [ɔ:r] [ɪr]

Four	out	of	every	five	children	suffering	from	diphtheria	or	other	throat	or	ear
四	出去	的	每一个	五	孩子们	痛苦	从	白喉	或者	其他	喉	或者	耳朵

['trʌblz] [ɑ:r; ər] [faʊnd] [tu:; tə][hæv; həv][frʌm; frəm][wʌn][tu:; tə][ten][bæd] [ti:θ] .

troubles	are	found	to	have	from	one	to	ten	bad	teeth	.
麻烦	是	成立	到	有	从	一	到	十	坏的	牙齿	.

每五个患有白喉或其他咽喉或耳部疾病的儿童中，有四个被发现有 1 到 10 颗坏牙。

[ju:; jʊ][mʌst; məst] [ki:p] [gʊd] [ti:θ] [ɪf] [ju:; jʊ] [wɪʃ] [tu:; tə][bi:; bi] [wel] [ænd; ənd] [strɔ:ŋ] .

You	must	keep	good	teeth	if	you	wish	to	be	well	and	strong	.
你	必须	保持	好的	牙齿	如果	你	希望	到	是	出色地	和	强的	.

想要身体健康强壮，就必须保持良好的牙齿。

[ðə; ði]['vælju:][ʌv; əv] [saʊnd] [ti:θ] . — [saʊnd] [ti:θ] [wɪtʃ] [wɪl] [du:] [gʊd] [wɜ:rk] [ɪn] ['tʃu:ɪŋ] [fu:d]

The	Value	of	Sound	Teeth	.	—	Sound	teeth	which	will	do	good	work	in	chewing	food
这	价值	的	声音	牙齿	.	—	声音	牙齿	哪个	将要	做	好的	工作	在	咀嚼	食物

[ɑ:r; ər] [wɜ:rθ] [mɔ:r] [ðæn; ðən][ə; eɪ] [fʊt] [ɔ:r][æn; ən][ɑ:rm] .

are	worth	more	than	a	foot	or	an	arm	.
是	值得	更多的	比	一个	脚	或者	一个	手臂	.

健康牙齿的价值——能够很好地咀嚼食物的健康牙齿比一双脚或一条胳膊更有价值。

[ɪf] [ðə; ði] [fʊt] [ɔ:r][ɑ:rm][ɪz][lɔ:st] ,

If	the	foot	or	arm	is	lost	,
如果	这	脚	或者	手臂	是	丢失的	,

如果失去的是脚或胳膊，

[ðə; ði]['bɑ:di][ɪz] ['laɪkli] [tu:; tə][get] [wel] [ænd; ənd][bi:; bi][æz; əz] ['helθi] [æz; əz]['evər] .

the	body	is	likely	to	get	well	and	be	as	healthy	as	ever	.
这	身体	是	可能	到	得到	出色地	和	是	作为	健康	作为	曾经	.

身体很可能会康复，恢复到以往的健康状态。

[ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv][ðə; ði] [hoʊl] ['bɑːdi] [dɪ'pendz] [ə'pɑːn][ðə; ði] [wɜːrk] [dʌn] [baɪ][ðə; ði] [tiːθ] .

The	health	of	the	whole	body	depends	upon	the	work	done	by	the	teeth	.
这	健康	的	这	所有的	身体	取决于	之上	这	工作	完毕	经过	这	牙齿	.

整个身体的健康都取决于牙齿的功能。

[ən'les] [ðeɪ] [duː][ðer; ðər][pɑːrt][ðə; ði] ['stʌmək] ['kænɑːt] [get][ðə; ði] [fuːd] ['redi] [fɔːr; fər][ðə; ði] [blʌd] .

Unless	they	do	their	part	the	stomach	cannot	get	the	food	ready	for	the	blood	.
除非	他们	做	他们的	部分	这	胃	不能	得到	这	食物	准备好	为了	这	血	.

如果它们不各司其职，胃就无法为血液做好食物准备。

[ə; eɪ][pɑːrt][ʌv; əv]['bædli] [tʃuːd] [fuːd] [ɪz] [tɜːrnd] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['pɔɪzn]

A	part	of	badly	chewed	food	is	turned	into	a	poison
一个	部分	的	糟糕	咀嚼	食物	是	转向	进入	一个	毒

未充分咀嚼的食物的一部分会转化为毒素。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	67	]
[	页	-	]

[第67页]

['fɑːrðər] [daʊn] [ɪn][ðə; ði] [fuːd] [kə'næl] .

farther	down	in	the	food	canal	.
更远	向下	在	这	食物	运河	.

在食道更深处。

[ðɪs] [ɪz] [wʌt] [meɪks] ['meni] ['piːp(ə)l] [fiːl] [soʊ]['taɪərd][ænd; ənd] ['mɪzrəb(ə)l] [mʌtʃ] [ʌv; əv][ðə; ði] [taɪm] .

This	is	what	makes	many	people	feel	so	tired	and	miserable	much	of	the	time	.
这	是	什么	制作	许多	人们	感觉	所以	疲劳的	和	悲惨的	很多	的	这	时间	.

这就是为什么很多人经常感到疲惫和痛苦的原因。

['hʌndrədz] [ʌv; əv] [men] [hæv; həv] [bɪn] [rɪ'fjuːzd; 'refjuːs] [əd'mɪʃ(ə)n] [tuː; tə]['aʊər; ɑːr]['ɑːrmi][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ]

Hundreds	of	men	have	been	refused	admission	to	our	army	because	they
数百	的	男人	有	到过	拒绝	入学	到	我们的	军队	因为	他们

[hæv; həv] [pʊr] [tiːθ] .

have	poor	teeth	.
有	贫穷的	牙齿	.

数百名男子因牙齿不好而被拒绝入伍。

['soʊldʒərz][mʌst; məst][biː; bi] [strɔːŋ] [ænd; ənd] [wel] [tuː; tə] [teɪk] [lɔːŋ] ['maːtʃiz] [ænd; ənd] [faɪt] ['bætlz] .

Soldiers	must	be	strong	and	well	to	take	long	marches	and	fight	battles	.
士兵	必须	是	强的	和	出色地	到	拿	长的	游行	和	斗争	战斗	.

士兵必须身体强壮、精神饱满，才能进行长途行军和战斗。

[saʊnd] [tiːθ] [gɪv] [streŋθ] [ænd; ənd] [helθ] .

Sound	teeth	give	strength	and	health	.
声音	牙齿	给	力量	和	健康	.

健康的牙齿带来力量和健康。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ðə; ði] [maʊθ] [biː; bi] [wɑːʃt] [aʊt] ['evri] [deɪ] ? [ˌtuː'tuː] .

Why	should	the	mouth	be	washed	out	every	day	?	2	.
为什么	应该	这	嘴	是	洗过	出去	每一个	天	?	2	.

1. 为什么应该每天漱口？ 2.

[wen] [duː][ðə; ði] [mɪlk] [tiːθ] [ə'pɪr] ? [θriː] .

When	do	the	milk	teeth	appear	?	3	.
什么时候	做	这	牛奶	牙齿	出现	?	3	.

3. 乳牙什么时候萌出？

[wen] [ɑːr; ər][ðə; ði] [mɪlk] [tiːθ] [lɔːst] ? [fɔːr] .

When	are	the	milk	teeth	lost	?	4	.
什么时候	是	这	牛奶	牙齿	丢失的	?	4	.

4. 乳牙什么时候脱落?

[haʊ] ['meni] [tiːθ] [hæv; həv][juː; jʊ] ?

How	many	teeth	have	you	?
如何	许多	牙齿	有	你	?

你有多少颗牙齿?

[faɪv] . [haʊ] ['meni] [ʃoʊ] [saɪnz] [ʌv; əv] [dɪ'keɪ] ? [sɪks] .

5	.	How	many	show	signs	of	decay	?	6	.
5	.	如何	许多	展示	标志	的	衰变	?	6	.

5. 有多少出现腐烂迹象? 6.

[haʊ] [meɪ] ['tuːθeɪk] [biː; bi] [pri'ventid] ? ['sɛvən] .

How	may	toothache	be	prevented	?	7	.
如何	可能	牙疼	是	阻止	?	7	.

如何预防牙痛? 7.

[haʊ] [meɪ] [ðə; ði] [tiːθ] [biː; bi] [kept] [saʊnd] ? [eɪt] .

How	may	the	teeth	be	kept	sound	?	8	.
如何	可能	这	牙齿	是	保留	声音	?	8	.

如何保持牙齿健康? 8.

[waɪ] [duː] [swiːts] [kɔːz] [ðə; ði] [tiːθ] [tuː; tə] [dɪ'keɪ] ? [naɪn] .

Why	do	sweets	cause	the	teeth	to	decay	?	9	.
为什么	做	糖果	原因	这	牙齿	到	衰变	?	9	.

为什么甜食会导致蛀牙? 9.

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ] [brʌʃ] [jʊr; jər] [tiːθ] ? - .

How	should	you	brush	your	teeth	?	10	.
如何	应该	你	刷子	你的	牙齿	?	-	.

你应该如何刷牙? 10.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ðə; ði] ['dentɪst] [ɪg'zæmɪn] [jʊr; jər] [tiːθ] ['evri] [jɪr] ? - .

Why	should	the	dentist	examine	your	teeth	every	year	?	11	.
为什么	应该	这	牙医	检查	你的	牙齿	每一个	年	?	-	.

为什么牙医应该每年检查你的牙齿? 11.

[waɪ] [ɑːr; ər] [saʊnd] [tiːθ] [ʌv; əv] [greɪt] [wɜːrθ] ?

Why	are	sound	teeth	of	great	worth	?
为什么	是	声音	牙齿	的	伟大的	值得	?

为什么健康的牙齿如此重要?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	68	]
[	页	-	]

[第68页]

['tʃæptər] [ˌaɪ'ɛks]

CHAPTER	IX
章	第九章

第九章

[ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋks]

ALCOHOLIC	DRINKS
酗酒者	饮料

酒精饮料

[drɪŋk] ['niːdɪd] [fɔːr; fər] [helθ] . — ['wɔːtər] [ɪn] [ðə; ði] [fɔːrm] [ʌv; əv] [swet] [ænd; ənd] [ɪn] ['ʌðər] [weɪz] [ɪz]

Drink	needed	for	Health	.	—	Water	in	the	form	of	sweat	and	in	other	ways	is
喝	需要	为了	健康	.	—	水	在	这	形式	的	汗	和	在	其他	方式	是

['kɑːnstəntli] ['pæsɪŋ] [ɔːf] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['bɑːdi] .

constantly	passing	off	from	the	body	.
不断地	通过	离开	从	这	身体	.

保持健康所需的水分——人体会以汗液和其他方式不断排出水分。

[ðɪs] ['wɔːtər] ['kæriz] [wɪð; wɪθ] [ˌaɪ 'tiː] [ðə; ði] [weɪst] ['mætər] [wɪtʃ] , [ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [rɪ'meɪnd] , [wʊd] ['pɔɪzn]

This	water	carries	with	it	the	waste	matter	which	,	if	it	remained	,	would	poison
这	水	携带	和	它	这	浪费	事情	哪个	,	如果	它	剩余	,	会	毒

[ðə; ði] ['bɑːdi] .

the	body	.
这	身体	.

这种水携带着废物，如果这些废物残留下来，就会毒害人体。

[ðer; ðər] [ɪz] [sʌm; səm] ['wɔːtər] [ɪn] [ðə; ði] [fuːd] [wiː; wi] [iːt] ,

There	is	some	water	in	the	food	we	eat	,
那里	是	一些	水	在	这	食物	我们	吃	,

我们所吃的食物中含有一些水分。

[bʌt; bət] [nɑːt] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [sə'plaɪ] [ðə; ði] ['wɒnts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] .

but	not	enough	to	supply	the	wants	of	the	body	.
但	不是	足够的	到	供应	这	想要	的	这	身体	.

但不足以满足身体的需求。

[sʌm; səm] ['pɝːsənz] [θɪŋk] [ðæt] [ðə; ði] ['bɑːdi] [niːdz] [bɪr] [ɔːr] [waɪn] [tuː; tə] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [gʊd] ['ɔːrdər] .

Some	persons	think	that	the	body	needs	beer	or	wine	to	keep	it	in	good	order	.
一些	人	思考	那	这	身体	需求	啤酒	或者	葡萄酒	到	保持	它	在	好的	命令	.

有些人认为身体需要啤酒或葡萄酒来保持良好状态。

[ðiːz] ['lɪkwɪdz] , [æz; əz] [wel] [æz; əz] ['wɪski] , ['brændi] , [ænd; ənd] [rʌm] , [ɑːr; ər] [kɔːld] [ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋks] .

These	liquids	,	as	well	as	whisky	,	brandy	,	and	rum	,	are	called	alcoholic	drinks
这些	液体	,	作为	出色地	作为	威士忌酒	,	白兰地	,	和	朗姆酒	,	是	称为	酗酒者	饮料

.

:
.

这些液体，以及威士忌、白兰地和朗姆酒，都被称为酒精饮料。

[ðə; ði] ['leɪtɪst] [ɪk'sperɪmənts; ɪk'sperɪments; ɪk'sperəmənts; ɪk'sperəments] [ænd; ənd] ['stʌdiz] [ʃoʊ] [ðæt] [ðə; ði] ['bɑːdi] ['nevər] [niːdz] [ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋks] [tuː; tə] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ðə; ði] [best] [ʌv; əv] [helθ] .

The	latest	experiments	and	studies	show	that	the	body	never	needs	alcoholic	drinks	to	keep	it	in	the	best	of	health	.
这	最新的	实验	和	研究	展示	那	这	身体	绝不	需求	酗酒者	饮料	到	保持	它	在	这	最好的	的	健康	.

最新的实验和研究表明，人体根本不需要酒精饮料来保持最佳健康状态。

[ðiːz] [drɪŋks] ['sʌmtaɪmz] [meɪk] [ðə; ði] ['bɑːdi] [sɪk] , [ænd; ənd] [ɪf] [mʌtʃ] ['ælkəhɔːl] [ɪz] ['teɪkən] [æt; ət] [wʌn] [taɪm] ,

These	drinks	sometimes	make	the	body	sick	,	and	if	much	alcohol	is	taken	at	one	time	,
这些	饮料	有时	制作	这	身体	生病的	,	和	如果	很多	酒精	是	已采取	在	一	时间	,

这些饮料有时会使身体感到不适，如果一次性饮用大量酒精饮料，

[ðə; ði] ['pɜːrs(ə)n] [bɪ'kʌmz] ['dɪzi] , ['stægər] , [ænd; ənd] [meɪ] [fɔːl] [daʊn] [ænd; ənd] [goʊ] [tuː; tə] [sliːp] .

the	person	becomes	dizzy	,	staggers	,	and	may	fall	down	and	go	to	sleep	.
这	人	变成	晕眩的	,	踉跄	,	和	可能	落下	向下	和	去	到	睡觉	.

患者会感到头晕、步履蹒跚，甚至跌倒在地睡着。

[ðə; ði][dɪ'zaɪər][fɔ:r; fər] [drɪŋk] . — [wen] [pɑ:rts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di][hæv; həv] [tu:] ['lɪt(ə)l]['wɔ:tər] ,

The	Desire	for	Drink	.	—	When	parts	of	the	body	have	too	little	water	,
这	欲望	为了	喝	.	—	什么时候	部分	的	这	身体	有	也	小的	水	,

饮水欲望——当身体某些部位缺水时，

[ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ] ['lɔ:ŋɪŋ] [fɔ:r; fər] [drɪŋk] .

there	is	a	longing	for	drink	.
那里	是	一个	渴望	为了	喝	.

他渴望喝酒。

[ðɪs] [ɪz] [kɔ:ld] [θɜ:rst] .

This	is	called	thirst	.
这	是	称为	口渴	.

这叫做口渴。

[æz; əz] [su:n] [æz; əz][ə; eɪ] [kʌp] [ʌv; əv]['wɔ:tər][ɪz] [drʌŋk] [ðə; ði][dɪ'zaɪər][ɪz]['sætɪsfaɪd] .

As	soon	as	a	cup	of	water	is	drunk	the	desire	is	satisfied	.
作为	很快	作为	一个	杯子	的	水	是	醉	这	欲望	是	使满意	.

喝下一杯水后，欲望就得到了满足。

[ðer; ðər][ɪz][noʊ]['deɪndʒər][ʌv; əv] ['drɪŋkɪŋ] [tu:] [mʌtʃ] [pjʊr] ['wɔ:tər] .

There	is	no	danger	of	drinking	too	much	pure	water	.
那里	是	不	危险	的	喝	也	很多	纯的	水	.

饮用过量纯净水没有危险。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	69	]
[	页	-	]

[第69页]

['pɜ:rsənz] [hu:] [hæv; həv] [bɪn] [ə'kʌstəmd] [tu:; tə][ju:z][ˌælkə'hɔ:lɪk] [drɪŋk] [hæv; həv][ə; eɪ] [θɜ:rst] [wɪtʃ]

Persons	who	have	been	accustomed	to	use	alcoholic	drink	have	a	thirst	which
人	WHO	有	到过	习惯	到	使用	酗酒者	喝	有	一个	口渴	哪个

['wɔ:tər] [dʌz] [nɑ:t]['sætɪsfaɪ] .

water	does	not	satisfy	.
水	做	不是	满足	.

习惯饮酒的人，喝水是无法满足其口渴感的。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz][æn; ən] [ʌn'nætʃrəl] [θɜ:rst] .

It	is	an	unnatural	thirst	.
它	是	一个	不自然	口渴	.

这是一种不自然的口渴。

['i:v(ə)n] [bɪr] [ɔ:r] [waɪn] [wɪl] [nɑ:t]['sætɪsfaɪ] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [θɜ:rst] [ɪk'sept] [fɔ:r; fər][ə; eɪ] [fju:] ['mɪnɪts] .

Even	beer	or	wine	will	not	satisfy	such	a	thirst	except	for	a	few	minutes	.
甚至	啤酒	或者	葡萄酒	将要	不是	满足	这样的	一个	口渴	除了	为了	一个	很少	分钟	.

即使是啤酒或葡萄酒，也只能暂时缓解这种口渴感，最多也就持续几分钟。

['veri] ['ɔ:f(ə)n][ə; eɪ] ['pɜ:rsənz] [θɜ:rst] [ɪz][nɑ:t]['sætɪsfaɪd] [ʌn'tɪl] [hi:; hi][hæz; həz] [ju:st] [soʊ] [mʌtʃ] [waɪn] [ɔ:r]

Very	often	a	person's	thirst	is	not	satisfied	until	he	has	used	so	much	wine	or
非常	经常	一个	人的	口渴	是	不是	使满意	直到	他	有	用过的	所以	很多	葡萄酒	或者

['wɪski] [ðæt] [hi:; hi] [bɪ'kʌmz] [dʌl] [ænd; ənd] [ʌn'stedi] [ɪn][hɪz; ɪz] [wɔ:k] .

whisky	that	he	becomes	dull	and	unsteady	in	his	walk	.
威士忌酒	那	他	变成	乏味的	和	不稳定	在	他的	走	.

很多时候，一个人只有喝了大量的葡萄酒或威士忌，以至于走路都变得迟钝不稳，才能真正感到口渴。

[hi:; hi][ɪz] [ðen] [sed] [tu:; tə][bi:; bi] [drʌŋk] .

He	is	then	said	to	be	drunk	.
他	是	然后	说	到	是	醉	.

据说他当时喝醉了。

[fɪg] .
Fig **.**
如图 .

如图。

- — [jiːst] [plænts] ['groʊɪŋ] [æz; əz][ɪn][ðə; ði] ['meɪkɪŋ] [ʌv; əv] [bɪr] [ænd; ənd] [waɪn] .
35 **—** **Yeast** **plants** **growing** **as** **in** **the** **making** **of** **beer** **and** **wine** **.**
- — 酵母 植物 生长 作为 在 这 制作 的 啤酒 和 葡萄酒 .

35 —酵母植物的生长，如啤酒和葡萄酒的酿造。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːrdʒd] .
Much **enlarged** **.**
很多 放大 .

尺寸大幅增大。

[haʊ] [ðə; ði] [jiːst] [plænt] [meɪks] ['ælkəhɔːl] . — [ɪn][ðə; ði] [keɪk] [ʌv; əv] [jiːst] [bɔːt] [æt; ət][ðə; ði]['groʊsəri]
How **the** **Yeast** **Plant** **makes** **Alcohol** **.** **—** **In** **the** **cake** **of** **yeast** **bought** **at** **the** **grocery**
如何 这 酵母 植物 制作 酒精 . — 在 这 蛋糕 的 酵母 买 在 这 杂货店
[ðer; ðər][ɑːr; ər] ['mɪljənz] [ʌv; əv]['taɪni][plænts] ,
there **are** **millions** **of** **tiny** **plants** **,**
那里 是 百万 的 微小的 植物 ,

酵母菌如何产生酒精——在超市购买的酵母块中含有数百万个微小的酵母菌，

[iːtʃ] [ʃeɪpt] ['sʌmwʌt] [laɪk] [ə; eɪ][pə'teɪtoʊ] .
each **shaped** **somewhat** **like** **a** **potato** **.**
每个 形状 有些 喜欢 一个 土豆 .

每个形状都有点像土豆。

[ðɪs] [streɪndʒ] ['lɪt(ə)l] [plænt] [wɪl] [groʊ] ['veri] ['ræpɪdli] [wen] [pʊt] ['ɪntuː] ['eni] [swiːt] ['wɔːtəri] ['sʌbstəns] .
This **strange** **little** **plant** **will** **grow** **very** **rapidly** **when** **put** **into** **any** **sweet** **watery** **substance** **.**
这 奇怪的 小的 植物 将要 生长 非常 快速 什么时候 放 进入 任何 甜的 水状的 物质 .

这种奇特的小植物只要放入任何甜的液体中就会迅速生长。

[ˌaɪ 'tiː] [sendz] [aʊt] [ə; eɪ] [bʌd] [wɪtʃ] [grəuz] ['lɑːrdʒər][ænd; ənd]['lɑːrdʒər] [ʌn'tɪl] [ɪn][ə; eɪ] [hæf] ['aʊər] [ðə; ði] [bʌd]
It **sends** **out** **a** **bud** **which** **grows** **larger** **and** **larger** **until** **in** **a** **half** **hour** **the** **bud**
它 发送 出去 一个 芽 哪个 生长 更大的 和 更大的 直到 在 一个 一半 小时 这 芽
[ɪz][æz; əz][lɑːrdʒ][æz; əz][ðə; ði][oʊld][plænt] .
is **as** **large** **as** **the** **old** **plant** **.**
是 作为 大的 作为 这 老的 植物 .

它会萌发出一个花苞，这个花苞会越长越大，半小时后，花苞就和老植株一样大了。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [ðen] [breɪk] [luːs] [ænd; ənd] [groʊ] ['ʌðər] [bʌdz] , [dʒʌst] [laɪk] [ðə; ði] ['mʌðər] [plænt] .
It **may** **then** **break** **loose** **and** **grow** **other** **buds** **,** **just** **like** **the** **mother** **plant** **.**
它 可能 然后 休息 松动的 和 生长 其他 花蕾 , 只是 喜欢 这 母亲 植物 .

然后它可能会像母株一样，挣脱束缚，长出其他花蕾。

[wen] [jiːst] [grəuz] ,
When **yeast** **grows** **,**
什么时候 酵母 生长 ,

当酵母生长时，

[ˌaɪ 'tiː] ['tʃeɪndʒɪz] [ðə; ði] ['ʃʊgər] [ɔːr] [swiːt] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]['wɔːtər]['ɪntuː]['ælkəhɔːl][ænd; ənd][ə; eɪ][gæs]
it **changes** **the** **sugar** **or** **sweet** **part** **of** **the** **water** **into** **alcohol** **and** **a** **gas**
它 变化 这 糖 或者 甜的 部分 的 这 水 进入 酒精 和 一个 气体
[kɔːld] ['kɑːrbən][daɪ'ɑːksaɪd] .
called **carbon** **dioxide** **.**
称为 碳 二氧化硫 .

它将水中的糖分或甜味转化为酒精和二氧化碳气体。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðɪs] [gæs] [wɪtʃ] [meɪks] [bɪr] [foʊm] [ænd; ənd] ['bʌb(ə)l] [wen] ['oʊpənd] .
It **is** **this** **gas** **which** **makes** **beer** **foam** **and** **bubble** **when** **opened** **.**
它 是 这 气体 哪个 制作 啤酒 泡沫 和 气泡 什么时候 打开 .

正是这种气体使啤酒在打开时产生泡沫和气泡。

[ɔːl] ['ælkəhɔːl] [juːst] [ɪn] [bɪr] , ['potər] , [eɪl] , [waɪn] , ['brændi] , [rʌm] , [dʒɪn] ,

All	**alcohol**	**used**	**in**	**beer**	**,**	**porter**	**,**	**ale**	**,**	**wine**	**,**	**brandy**	**,**	**rum**	**,**	**gin**	**,**
全部	酒精	用过的	在	啤酒	,	搬运工	,	麦芽酒	,	葡萄酒	,	白兰地	,	朗姆酒	,	杜松子酒	,

啤酒、波特啤酒、麦芽酒、葡萄酒、白兰地、朗姆酒、金酒中使用的所有酒精

[ænd; ənd] ['wɪski] [ɪz] [meɪd] [baɪ] [jiːst] [plænts] .

and	**whisky**	**is**	**made**	**by**	**yeast**	**plants**	**.**
和	威士忌酒	是	制成	经过	酵母	植物	.

威士忌是由酵母植物酿造的。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv] ['spraʊtɪd] ['bɑːrli] [greɪnz] [kɔːld] [mɔːlt] .

36	**—**	**Photograph**	**of**	**sprouted**	**barley**	**grains**	**called**	**malt**	**.**
-	—	照片	的	发芽	大麦	谷物	称为	麦芽	.

36 —发芽的大麦粒（称为麦芽）的照片。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**70**	**]**
[	页	-	]

[第70页]

[haʊ] [bɪr] [ɪz] [meɪd] . — [ðer; ðər] [ɪz] [mɔːr] [bɪr] [juːst] [ðæn; ðən] ['eni] ['ʌðər] [ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋk] .

How	**Beer**	**is**	**Made**	**.**	**—**	**There**	**is**	**more**	**beer**	**used**	**than**	**any**	**other**	**alcoholic**	**drink**	**.**
如何	啤酒	是	制成	.	—	那里	是	更多的	啤酒	用过的	比	任何	其他	酗酒者	喝	.

啤酒的酿造方法——啤酒的使用量比任何其他酒精饮料都多。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [tʃiːp] [ænd; ənd] [ɪz] [mʌtʃ] ['wikər] [ɪn] ['ælkəhɔːl] [ðæn; ðən] [waɪn] [ɔːr] ['wɪski] .

It	**is**	**cheap**	**and**	**is**	**much**	**weaker**	**in**	**alcohol**	**than**	**wine**	**or**	**whisky**	**.**
它	是	便宜的	和	是	很多	较弱	在	酒精	比	葡萄酒	或者	威士忌酒	.

它价格便宜，而且酒精度比葡萄酒或威士忌低得多。

['oʊnli] [ə'baʊt] [wʌn] ['twentiəθ] [pɑːrt] [ʌv; əv] [bɪr] [ɪz] ['ælkəhɔːl] .

Only	**about**	**one**	**twentieth**	**part**	**of**	**beer**	**is**	**alcohol**	**.**
仅有的	关于	一	第二十	部分	的	啤酒	是	酒精	.

啤酒中只有大约二十分之一是酒精。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [spreɪ] [ʌv; əv] [hɑːps] , [wɪtʃ] [ɑːr; ər] [juːst] [tuː; tə] ['fleɪvər] [bɪr] .

37	**—**	**Photograph**	**of**	**a**	**spray**	**of**	**hops**	**,**	**which**	**are**	**used**	**to**	**flavor**	**beer**	**.**
-	—	照片	的	一个	喷	的	酒花	,	哪个	是	用过的	到	味道	啤酒	.

37 —啤酒花喷雾的照片，啤酒花用于给啤酒调味。

[ɪn] ['meɪkɪŋ] [bɪr] , [ə; eɪ] [swiːt] ['wɔːtəri] ['mɪkstʃər] [ɪz] [fɜːrst] [prɪ'perd] [baɪ] ['mæʃɪŋ] ['spraʊtɪd] ['bɑːrli]

In	**making**	**beer**	**,**	**a**	**sweet**	**watery**	**mixture**	**is**	**first**	**prepared**	**by**	**mashing**	**sprouted**	**barley**
在	制作	啤酒	,	一个	甜的	水状的	混合物	是	第一的	准备	经过	捣碎	发芽	大麦

[greɪnz] [ɪn] ['wɔːtər] .

grains	**in**	**water**	**.**
谷物	在	水	.

酿造啤酒时，首先要将发芽的大麦粒在水中捣碎，制成甜甜的水溶液。

['bɑːrli] [ɔːr] ['eni] ['ʌðər] [greɪn] [fɔːrmz] ['ʃʊgər] [æz; əz] [suːn] [æz; əz] [ˌaɪ 'tiː] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] [groʊ] .

Barley	**or**	**any**	**other**	**grain**	**forms**	**sugar**	**as**	**soon**	**as**	**it**	**begins**	**to**	**grow**	**.**
大麦	或者	任何	其他	粮食	表格	糖	作为	很快	作为	它	开始	到	生长	.

大麦或其他任何谷物一旦开始生长就会产生糖分。

[jiːst] [plænts] [ɑːr; ər] ['ædɪd] [tuː; tə] [ðə; ði] [swiːt] ['mɪkstʃər] .

Yeast	plants	are	added	to	the	sweet	mixture	.
酵母	植物	是	额外	到	这	甜的	混合物	.

将酵母菌种加入到甜混合物中。

[baɪ] ['groʊɪŋ] [ðeɪ] [tʃeɪndʒ] [sʌm; səm] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['ʃʊgər] ['ɪntuː] ['ælkəhɔːl] .

By	growing	they	change	some	of	the	sugar	into	alcohol	.
经过	生长	他们	改变	一些	的	这	糖	进入	酒精	.

植物在生长过程中会将部分糖分转化为酒精。

[hɑːps] [ɑːr; ər] ['ɔːlsoʊ] [pʊt] [ɪn] [tuː; tə] [gɪv] [ðə; ði] [bɪr] [ə; eɪ] [faɪn] ['fleɪvər] .

Hops	are	also	put	in	to	give	the	beer	a	fine	flavor	.
酒花	是	还	放	在	到	给	这	啤酒	一个	美好的	味道	.

酿造过程中还会加入啤酒花，以赋予啤酒优良的风味。

['æftər] [ə; eɪ] [taɪm] [ðə; ði] [klɪr] ['lɪkwɪd] [ɪz] ['sepəreɪtɪd] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['bɑːrli] [greɪnz] [ænd; ənd] [hɑːps]

After	a	time	the	clear	liquid	is	separated	from	the	barley	grains	and	hops
后	一个	时间	这	清除	液体	是	分开	从	这	大麦	谷物	和	酒花

[ænd; ənd] [pʊt] ['ɪntuː] [taɪt] [kæsk] [ænd; ənd] ['bɔtlz] .

and	put	into	tight	casks	and	bottles	.
和	放	进入	紧的	酒桶	和	瓶子	.

一段时间后，将清澈的液体与大麦粒和啤酒花分离，然后装入密封的桶和瓶中。

[ðə; ði] ['meɪkɪŋ] [ʌv; əv] [waɪn] . — [waɪn] [kən'teɪnz] [frʌm; frəm]

The	Making	of	Wine	.	—	Wine	contains	from
这	制作	的	葡萄酒	.	—	葡萄酒	包含	从

葡萄酒的酿造——葡萄酒包含来自

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	71	]
[	页	-	]

[第71页]

[tuː] [tuː; tə] [fɔːr] [taɪmz] [æz; əz] [mʌtʃ] ['ælkəhɔːl] [æz; əz] [bɪr] .

two	to	four	times	as	much	alcohol	as	beer	.
二	到	四	时代	作为	很多	酒精	作为	啤酒	.

酒精含量是啤酒的两到四倍。

[moʊst] [ʌv; əv] [ðə; ði] [waɪn] [ɪz] [meɪd] [ɪn] [ˌkælə'fɔːrniə] , [fræns] ,

Most	of	the	wine	is	made	in	California	,	France	,
最多	的	这	葡萄酒	是	制成	在	加利福尼亚州	,	法国	,

大部分葡萄酒产自加利福尼亚州和法国。

[ænd; ənd] ['dʒɜːrməni] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [greɪps] [groʊ] ['betər] [ɪn] [ðiːz] ['kʌntriz] [ðæn; ðən] ['elsˌwer] .

and	Germany	because	grapes	grow	better	in	these	countries	than	elsewhere	.
和	德国	因为	葡萄	生长	更好的	在	这些	国家	比	别处	.

还有德国，因为葡萄在这些国家比在其他地方长得更好。

[waɪn] [meɪ] [biː; bi] [meɪd] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [dʒuːs] [ʌv; əv] ['eni] [fruːt] , [bʌt; bət] [ðə; ði] [greɪp] [ɪz] ['dʒen(ə)rəli]

Wine	may	be	made	from	the	juice	of	any	fruit	,	but	the	grape	is	generally
葡萄酒	可能	是	制成	从	这	汁	的	任何	水果	,	但	这	葡萄	是	一般来说

[juːst] .

used	.
用过的	.

葡萄酒可以用任何水果的汁液酿造，但通常使用葡萄。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði]['kwɑːntəti][ʌv; əv] [greɪps] [rɪ'kwaɪərd][tuː; tə] [meɪk] [ðɪs] [glæs] [fʊl] [ʌv; əv][waɪn] .

38	**—**	**The**	**quantity**	**of**	**grapes**	**required**	**to**	**make**	**this**	**glass**	**full**	**of**	**wine**	**.**
-	—	这	数量	的	葡萄	必需的	到	制作	这	玻璃	满的	的	葡萄酒	.

38——酿造这杯葡萄酒所需的葡萄数量。

[ðə; ði] [greɪps] ['æftər] ['biːɪŋ] [pɪkt] [ɑːr; ər] [θroʊn] ['ɪntuː][lɑːrdʒ] [tʌb] [ænd; ənd] [krʌʃt] [soʊ] [ðæt] [ðə; ði]

The	**grapes**	**after**	**being**	**picked**	**are**	**thrown**	**into**	**large**	**tubs**	**and**	**crushed**	**so**	**that**	**the**
这	葡萄	后	存在	挑选	是	抛掷	进入	大的	浴缸	和	碎	所以	那	这

[dʒuːs] [rʌnz] [aʊt] .

juice	**runs**	**out**	**.**
汁	跑步	出去	.

葡萄采摘后被扔进大桶里压碎，榨出汁液。

[ðə; ði][waɪld] [jiːst] ['ɔːlweɪz] ['prez(ə)nt][ɑːn][ðə; ði] [greɪp] [skɪnz] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] [groʊ] [ɪn][ðə; ði][dʒuːs]

The	**wild**	**yeast**	**always**	**present**	**on**	**the**	**grape**	**skins**	**begins**	**to**	**grow**	**in**	**the**	**juice**
这	荒野	酵母	总是	展示	在	这	葡萄	皮肤	开始	到	生长	在	这	汁

[ænd; ənd] [tʃeɪndʒ] [sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] ['ʃʊgər] ['ɪntuː]['ælkəhɔːl] .

and	**change**	**some**	**of**	**the**	**sugar**	**into**	**alcohol**	**.**
和	改变	一些	的	这	糖	进入	酒精	.

葡萄皮上一直存在的野生酵母开始在葡萄汁中生长，并将部分糖分转化为酒精。

[ðɪs] [wɜːrk][ʌv; əv][ðə; ði] [jiːst] ['læsts] [frʌm; frəm][wʌn][tuː; tə] [eɪt] [wiːks] .

This	**work**	**of**	**the**	**yeast**	**lasts**	**from**	**one**	**to**	**eight**	**weeks**	**.**
这	工作	的	这	酵母	持续时间	从	一	到	八	周	.

酵母的这一作用可持续一至八周。

[æt; ət][ðə; ði][end][ʌv; əv] [ðæt] [taɪm] , [ðə; ði] [greɪp] [dʒuːs][hæz; həz] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ][kaɪnd][ʌv; əv] [pʊr] [waɪn] ,

At	**the**	**end**	**of**	**that**	**time**	**,**	**the**	**grape**	**juice**	**has**	**become**	**a**	**kind**	**of**	**poor**	**wine**	**,**
在	这	结尾	的	那	时间	,	这	葡萄	汁	有	变得	一个	种类	的	贫穷的	葡萄酒	,

到那时，葡萄汁已经变成了一种劣质酒。

[kən'sɪstɪŋ] [ʌv; əv]['ælkəhɔːl] , ['wɔːtər] , [greɪp] ['fleɪvər] , [ænd; ənd][sʌm; səm]['æsɪd] .

consisting	**of**	**alcohol**	**,**	**water**	**,**	**grape**	**flavor**	**,**	**and**	**some**	**acid**	**.**
由	的	酒精	,	水	,	葡萄	味道	,	和	一些	酸	.

由酒精、水、葡萄香精和少量酸组成。

[tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [waɪn] [gʊd] [ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][biː; bi] [drɔːn] [ɔːf] ['ɪntuː] [kæsk] ,

To	**make**	**the**	**wine**	**good**	**it**	**must**	**be**	**drawn**	**off**	**into**	**casks**	**,**
到	制作	这	葡萄酒	好的	它	必须	是	绘制	离开	进入	酒桶	,

为了酿造出优质葡萄酒，必须将其装入木桶中。

[wer] [ðə; ði] [jiːst] ['kɔːzɪz] ['fɜːrðər] ['tʃeɪndʒɪz] ['dʊrɪŋ] ['sevrəl] [wiːks] .

where	**the**	**yeast**	**causes**	**further**	**changes**	**during**	**several**	**weeks**	**.**
在哪里	这	酵母	原因	更远	变化	期间	一些	周	.

酵母会在几周内引起进一步的变化。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðen] [pʊt]['ɪntuː] ['bɔtlz] ,

It	**is**	**then**	**put**	**into**	**bottles**	**,**
它	是	然后	放	进入	瓶子	,

然后将其装瓶。

[wer] [ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd] [rɪ'meɪn] [ə'baʊt] [faɪv] ['jɪrz] [tuː; tə][get][ðə; ði] [raɪt] ['fleɪvər] .

where	**it**	**should**	**remain**	**about**	**five**	**years**	**to**	**get**	**the**	**right**	**flavor**	**.**
在哪里	它	应该	保持	关于	五	年	到	得到	这	正确的	味道	.

它应该在那里放置大约五年才能达到最佳风味。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**72**	**]**
[	页	-	]

['ʃeri] [ɪz][ə; eɪ] [strɔːŋ] [waɪn] [juːst] [ɪn] ['fleɪvərɪŋ] [fuːd] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['pudiŋz] [ænd; ənd] ['sɔːsɪz] .

Sherry	**is**	**a**	**strong**	**wine**	**used**	**in**	**flavoring**	**food**	**,**	**such**	**as**	**puddings**	**and**	**sauces**	**.**
雪利酒	是	一个	强的	葡萄酒	用过的	在	调味	食物	,	这样的	作为	布丁	和	酱汁	.

雪利酒是一种烈性葡萄酒，常用于给食物调味，例如布丁和酱汁。

[ə; eɪ] [fjuː] ['tiːspuːn,fʊl] [ʌv; əv] [ðɪs] [waɪn] [wɪl] [meɪk] [ə; eɪ] [tʃaɪld] [drʌŋk] .

A	**few**	**teaspoonfuls**	**of**	**this**	**wine**	**will**	**make**	**a**	**child**	**drunk**	**.**
一个	很少	茶匙	的	这	葡萄酒	将要	制作	一个	孩子	醉	.

几茶匙这种酒就能让孩子喝醉。

[ðə; ði] [waɪnz] [meɪd] [æt; ət] [hoʊm] [frʌm; frəm] ['eldərberi] , ['blækˌberiz] ,

The	**wines**	**made**	**at**	**home**	**from**	**elderberries**	**,**	**blackberries**	**,**
这	葡萄酒	制成	在	家	从	接骨木浆果	,	黑莓	,

用接骨木果、黑莓等自制的葡萄酒

[ænd; ənd] ['tʃeriːz] [kən'teɪn] ['ælkəhɔːl] [wɪtʃ] [wɪl] [duː][dʒʌst][æz; əz] [mʌtʃ] [hɑːrm][æz; əz] [ðæt] [ɪn][ðə; ði]

and	**cherries**	**contain**	**alcohol**	**which**	**will**	**do**	**just**	**as**	**much**	**harm**	**as**	**that**	**in**	**the**
和	樱桃	包含	酒精	哪个	将要	做	只是	作为	很多	伤害	作为	那	在	这

['pəːtʃəst] [waɪnz] .

purchased	**wines**	**.**
购买	葡萄酒	.

樱桃含有酒精，其危害与购买的葡萄酒中的酒精一样大。

[haʊ] ['brændi] [ɪz] [meɪd] . — ['brændi] [kən'teɪnz] [mɔːr] ['ælkəhɔːl][ðæn; ðən] [waɪn] [ænd; ənd]['ɔːlmoʊst][æz; əz]

How	**Brandy**	**is**	**Made**	**.**	**—**	**Brandy**	**contains**	**more**	**alcohol**	**than**	**wine**	**and**	**almost**	**as**
如何	白兰地	是	制成	.	—	白兰地	包含	更多的	酒精	比	葡萄酒	和	几乎	作为

[mʌtʃ] [æz; əz] ['wɪski] .

much	**as**	**whisky**	**.**
很多	作为	威士忌酒	.

白兰地是如何酿造的——白兰地的酒精含量比葡萄酒高，几乎与威士忌一样高。

[ɪn][fækt] ['brændi] [ɪz]['oʊnli] ['veri] [strɔːŋ] [waɪn] .

In	**fact**	**brandy**	**is**	**only**	**very**	**strong**	**wine**	**.**
在	事实	白兰地	是	仅有的	非常	强的	葡萄酒	.

事实上，白兰地只是一种酒精度很高的葡萄酒。

['æftər][ðə; ði] [jiːst] [plænts][hæv; həv] [fɔːrmd] [æz; əz] [mʌtʃ] ['ælkəhɔːl][æz; əz] [ðeɪ] [kæn; kən][ɪn] [greɪp] [dʒuːs]

After	**the**	**yeast**	**plants**	**have**	**formed**	**as**	**much**	**alcohol**	**as**	**they**	**can**	**in**	**grape**	**juice**
后	这	酵母	植物	有	形成	作为	很多	酒精	作为	他们	能	在	葡萄	汁

[ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] [soʊ] [strɔːŋ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [kɪlz] [ðem; ðəm] .

it	**becomes**	**so**	**strong**	**that**	**it**	**kills**	**them**	**.**
它	变成	所以	强的	那	它	杀戮	他们	.

当酵母菌在葡萄汁中产生足够多的酒精后，酒精浓度会变得非常高，从而杀死酵母菌。

[ðɪs] [waɪn] [ɪz] [ðen] ['hiːtɪd] [ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [wei] [æz; əz][tuː; tə] ['seprət] [sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði]['wɔːtər]

This	**wine**	**is**	**then**	**heated**	**in**	**such**	**a**	**way**	**as**	**to**	**separate**	**some**	**of**	**the**	**water**
这	葡萄酒	是	然后	加热	在	这样的	一个	方式	作为	到	分离	一些	的	这	水

[frʌm; frəm][ˌaɪ 'tiː] .

from	**it**	**.**
从	它	.

然后将这种葡萄酒加热，以分离出其中的一些水分。

[ðə; ði] ['teɪkɪŋ] [ə'weɪ] [ʌv; əv][ðə; ði]['wɔːtər] [liːvz] [ðə; ði] [waɪn] [strɔːŋgər] [ɪn]['ælkəhɔːl][ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː] [ðen]

The	**taking**	**away**	**of**	**the**	**water**	**leaves**	**the**	**wine**	**stronger**	**in**	**alcohol**	**and**	**it**	**then**
这	采取	离开	的	这	水	树叶	这	葡萄酒	更强	在	酒精	和	它	然后

[fɔːrmz] ['brændi] .

forms	**brandy**	**.**
表格	白兰地	.

去除水分后，葡萄酒的酒精含量会更高，然后就形成了白兰地。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðə; ði] ['ʃeɪdɪd] [pɑːrt][æt; ət][ðə; ði] ['bɑːtəm] [ʌv; əv] [iːtʃ] ['bɑːt(ə)l] [ʃoʊz] [ðə; ði] [ə'maʊnt] [ʌv; əv]
39 — The shaded part at the bottom of each bottle shows the amount of
- 一 这 阴影 部分 在 这 底部 的 每个 瓶子 演出 这 数量 的
['ælkəhɔːl][ɪn][ðə; ði] [drɪŋk] .
alcohol in the drink .
酒精 在 这 喝 .

39 —每瓶底部的阴影部分表示饮料中的酒精含量。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ə; eɪ] [stɪl] [juːst] [ɪn] ['meɪkɪŋ] ['wɪski] [ɔːr] ['brændi] .
40 — A still used in making whisky or brandy .
- 一 一个 仍然 用过的 在 制作 威士忌酒 或者 白兰地 .

40 —用于酿造威士忌或白兰地的蒸馏器。

[ðə; ði] [hiːt] [meɪks] [ðə; ði]['ælkəhɔːl] [fjuːmz] [ɔːr]['veɪpər] [raɪz] [ænd; ənd] [pæs] ['oʊvər] [θruː] [ðə; ði] [paɪp]
The heat makes the alcohol fumes or vapor rise and pass over through the pipe
这 热 制作 这 酒精 烟雾 或者 汽 上升 和 经过 超过 通过 这 管道
[kɔɪld] [ɪn][ə; eɪ] ['ves(ə)l] [ʌv; əv][koʊld]['wɔːtər] .
coiled in a vessel of cold water .
卷曲 在 一个 血管 的 寒冷的 水 .

热量使酒精蒸汽上升，并通过盘绕在冷水容器中的管道流过。

[ðə; ði][koʊld] ['tʃeɪndʒɪz] [ðə; ði]['veɪpər][tuː; tə][ə; eɪ]['lɪkwɪd] [wɪtʃ] [ɪz] ['wɪski] .
The cold changes the vapor to a liquid which is whisky .
这 寒冷的 变化 这 汽 到 一个 液体 哪个 是 威士忌酒 .

低温使蒸汽变成液体，这就是威士忌。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 73]
[页 -]

[第73页]

['wɪski] [ænd; ənd] [rʌm] . — [ðiːz] [tuː] [drɪŋks] [ɑːr; ər] [strɔːŋ] [ɪn]['ælkəhɔːl] .
Whisky and Rum . — These two drinks are strong in alcohol .
威士忌酒 和 朗姆酒 . — 这些 二 饮料 是 强的 在 酒精 .

威士忌和朗姆酒——这两种酒的酒精度都很高。

['nɪrli] [wʌn] [hæf] [ʌv; əv] [iːtʃ] [ɪz] [pjʊr] ['ælkəhɔːl] .
Nearly one half of each is pure alcohol .
几乎 一 一半 的 每个 是 纯的 酒精 .

其中近一半是纯酒精。

['wɪski] [ɪz]['juːʒuəli; 'juːʒəli] [meɪd] [frʌm; frəm] [raɪ] , [kɔːrn] , [ɔːr] [wiːt] , [ɔːr][ɔːl] [θriː] [tə'geðər] .
Whisky is usually made from rye , corn , or wheat , or all three together .
威士忌酒 是 通常 制成 从 黑麦 , 玉米 , 或者 小麦 , 或者全部 三 一起 .

威士忌通常由黑麦、玉米或小麦制成，或者三者混合制成。

[ðeɪ] ['fɜːrnɪʃ] [ðə; ði] [fuːd] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði] [jiːst] [grəuz] [ænd; ənd] [meɪks] ['ælkəhɔːl] .
They furnish the food in which the yeast grows and makes alcohol .
他们 提供 这 食物 在 哪个 这 酵母 生长 和 制作 酒精 .

它们为酵母的生长和酒精的产生提供养分。

[ðɪs] ['wɔːtəri] ['mɪkstʃər] [ʌv; əv] [greɪn] [ænd; ənd] ['ælkəhɔːl] [ɪz] [ðen] ['hiːtɪd] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['veɪpər] [ɔːr] [stiːm]

This	watery	mixture	of	grain	and	alcohol	is	then	heated	and	the	vapor	or	steam
这	水状的	混合物	的	粮食	和	酒精	是	然后	加热	和	这	汽	或者	蒸汽

[fɔːrmz] ['wɪski] ['æftər] [aɪ 'tiː] [goʊz] [ɔːf] [θruː] [ə; eɪ] [paɪp] ['ɪntuː] [ə'nʌðər] ['ves(ə)l] .

forms	whisky	after	it	goes	off	through	a	pipe	into	another	vessel	.
表格	威士忌酒	后	它	去	离开	通过	一个	管道	进入	其他	血管	.

这种谷物和酒精的水溶液经过加热后，产生的蒸汽通过管道进入另一个容器，最终形成威士忌。

[ðɪs] [kaɪnd] [ʌv; əv] ['hiːtɪŋ] [ɪz] [ˌdɪstɪ'leɪʃ(ə)n] .

This	kind	of	heating	is	distillation	.
这	种类	的	加热	是	蒸馏	.

这种加热方式就是蒸馏。

[rʌm] [ɪz] [fɔːrmd] [ɪn] ['sʌmwʌt] [ðə; ði] [seɪm] [weɪ] [frʌm; frəm] [mə'læsɪz] [ɔːr] [keɪn] [dʒuːs] .

Rum	is	formed	in	somewhat	the	same	way	from	molasses	or	cane	juice	.
朗姆酒	是	形成	在	有些	这	相同的	方式	从	糖蜜	或者	甘蔗	汁	.

朗姆酒的制作方法与此类似，都是用糖蜜或甘蔗汁酿造的。

['præktɪk(ə)l] ['kwestʃənz]

PRACTICAL	QUESTIONS
实际的	问题

实践问题

[wʌn] . [neɪm] [sʌm; səm] [ˌælkə'hɔːlɪk] [drɪŋks] . [ˌtuː'tuː] .

1	.	Name	some	alcoholic	drinks	.	2	.
1	.	姓名	一些	酗酒者	饮料	.	2	.

1. 请列举一些酒精饮料。2.

[wʌt] [ɪz] [æn; ən] [ʌn'nætʃrəl] [θɜːrst] ? [θriː] .

What	is	an	unnatural	thirst	?	3	.
什么	是	一个	不自然	口渴	?	3	.

什么是异常口渴？3.

[ɪk'spleɪn] [haʊ] [ðə; ði] [jiːst] [plænt] [fɔːrmz] ['ælkəhɔːl] . [fɔːr] .

Explain	how	the	yeast	plant	forms	alcohol	.	4	.
解释	如何	这	酵母	植物	表格	酒精	.	4	.

解释酵母菌如何产生酒精。4.

[tel] [haʊ] [bɪr] [ɪz] [meɪd] . [faɪv] .

Tell	how	beer	is	made	.	5	.
告诉	如何	啤酒	是	制成	.	5	.

5. 说明啤酒的酿造过程。

[tel] [haʊ] [waɪn] [ɪz] [meɪd] . [sɪks] .

Tell	how	wine	is	made	.	6	.
告诉	如何	葡萄酒	是	制成	.	6	.

6. 说明葡萄酒的酿造过程。

[wʌt] [ɪz] ['brændi] ? ['sɛvən] .

What	is	brandy	?	7	.
什么	是	白兰地	?	7	.

什么是白兰地？7.

[wɪtʃ] [drɪŋks] [kən'teɪn] [moʊst] ['ælkəhɔːl] ?

Which	drinks	contain	most	alcohol	?
哪个	饮料	包含	最多	酒精	?

哪些饮品酒精含量最高?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	74	]
[	页	-	]

['tʃæptər] [eks]
CHAPTER X
章 X

第十章

['ælkəhɔ:l] [ænd; ənd] [helθ]
ALCOHOL AND HEALTH
酒精 和 健康

酒精与健康

[ðə; ði] ['mʌni] [spent] [fɔ:r; fər][ˌælkə'hɑ:lɪk] [drɪŋks] . — [ɪf] [ðə; ði] ['mʌni] [spent] [fɔ:r; fər][ˌælkə'hɑ:lɪk] [drɪŋks]
The Money spent for Alcoholic Drinks . — If the money spent for alcoholic drinks
这 钱 花费 为了 酗酒者 饮料 . — 如果 这 钱 花费 为了 酗酒者 饮料
[wɜ:r; wər][ɔ:l] [kə'lektɪd] [tə'geðər] [ɪn] ['sɪlvər] ['dɑ:lɚz, 'dɔlɚz] ,
were all collected together in silver dollars ,
是 全部 集 一起 在 银 美元 ,

用于购买酒类饮品的钱——如果把所有用于购买酒类饮品的钱都收集起来，换算成银元，

[ˌaɪ 'ti:] [wʊd] [mɔ:r] [ðæn; ðən] [fɪl] [ten] ['sku:lru:mˌ'sku:lrʊm][ʌv; əv] ['ævərɪdʒ] [saɪz] .
it would more than fill ten schoolrooms of average size .
它 会 更多的 比 充满 十 教室 的 平均的 尺寸 .

它足以装满十间普通大小的教室。

[nɑ:t]['oʊnli] [rɪtʃ] [men] [spend] [lɑ:rdʒ] [sʌmz] ['jɪrli] [fɔ:r; fər] [faɪn] [waɪnz] [ænd; ənd] ['brændiz] ,
Not only rich men spend large sums yearly for fine wines and brandies ,
不是 仅有的 富有的 男人 花费 大的 总和 每年 为了 美好的 葡萄酒 和 白兰地 ,

并非只有富人才会每年花费巨资购买名酒和白兰地，

[bʌt; bət]['ɔ:lsoʊ][ðə; ði] [pʊr] [gɪv] [ðer; ðər] ['mʌni] [fɔ:r; fər] [bɪr] [ænd; ənd] ['ʌðər] [drɪŋks] [wɪtʃ] [ðə; ði]
but also the poor give their money for beer and other drinks which the
但 还 这 贫穷的 给 他们的 钱 为了 啤酒 和 其他 饮料 哪个 这
['bɑ:di] [dʌz] [nɑ:t] [ni:d] .
body does not need .
身体 做 不是 需要 .

但穷人也会把钱花在啤酒和其他身体并不需要的饮料上。

[wen] ['perənts] [weɪst] [ðer; ðər] ['mʌni] [ɑ:n] [drɪŋk] ,
When parents waste their money on drink ,
什么时候 父母 浪费 他们的 钱 在 喝 ,

当父母把钱浪费在酒上时，

[ðeɪ] ['kænɑ:t] [baɪ] [ðə; ði] [fu:d] [ænd; ənd] [kloʊðz] ['ni:dɪd] [tu:; tə] [ki:p] [ðer; ðər] ['fæməliz] [strɔ:ŋ]
they cannot buy the food and clothes needed to keep their families strong
他们 不能 买 这 食物 和 衣服 需要 到 保持 他们的 家庭 强的
[ænd; ənd] [wel] .
and well .
和 出色地 .

他们买不起维持家人健康所需的食物和衣物。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [strɔ:ŋ] [drɪŋk] ['kɔ:zɪz] [mʌtʃ] ['sɪknəs] [ænd; ənd] ['sʌfərɪŋ] [ænd; ənd] ['sʌmtaɪmz] ['i:v(ə)n]
In this way strong drink causes much sickness and suffering and sometimes even
在 这 方式 强的 喝 原因 很多 疾病 和 痛苦 和 有时 甚至
[deθ] .
death .
死亡 .

这样一来，烈性酒会导致很多疾病和痛苦，有时甚至会导致死亡。

['ælkəhɔ:l] ['indʒəz] [ðə; ði]['bɑ:di] . — [sʌm; səm] ['pɝ:sənz] [drɪŋk] ['veri] ['lɪt(ə)l] [bɪr] [ɔ:r] [waɪn] ,
Alcohol injures the Body . — Some persons drink very little beer or wine ,
酒精 受伤 这 身体 . — 一些 人 喝 非常 小的 啤酒 或者 葡萄酒 ,

酒精有害健康。——有些人喝啤酒或葡萄酒的量很少，

[soʊ] [ðeɪ] [siːm] [tuː; tə][hæv; həv][bʌt; bət]['lɪt(ə)l] [ɪ'fekt] [ɑːn][ðə; ði] [helθ] .

so	they	seem	to	have	but	little	effect	on	the	health	.
所以	他们	似乎	到	有	但	小的	影响	在	这	健康	.

所以它们似乎对健康影响甚微。

['ʌðər] [juːz] [strɔːŋ] [drɪŋk] ['evri] [deɪ] [ænd; ənd][fɔːr; fər][ə; eɪ] [fjuː] ['jɪrz] [ðeɪ] [meɪ] [rɪ'meɪn] [kwaɪt] [wel]

Others	use	strong	drink	every	day	and	for	a	few	years	they	may	remain	quite	well
其他的	使用	强的	喝	每一个	天	和	为了	一个	很少	年	他们	可能	保持	相当	出色地

.

:

.

有些人每天都喝烈酒，几年内身体可能都很好。

['leɪtər] [ɪl] [helθ] ['ɔːf(ə)n] [kʌmz] [ɑːn] ,

Later	ill	health	often	comes	on	,
之后	患病的	健康	经常	来	在	,

之后往往会出现健康问题，

[ænd; ənd] [ðeɪ] [ðen] [faɪnd] [ðæt] [sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] ['ɔrgənz] [hæv; həv] [bɪn] [soʊ] [mʌtʃ] [hɜːrt] [ðæt]

and	they	then	find	that	some	of	the	organs	have	been	so	much	hurt	that
和	他们	然后	寻找	那	一些	的	这	器官	有	到过	所以	很多	伤害	那

[ðeɪ] [wɪl] ['nevər] [biː; bi] [kwaɪt] [wel] [ə'gen] .

they	will	never	be	quite	well	again	.
他们	将要	绝不	是	相当	出色地	再次	.

然后他们发现，有些器官受损严重，永远无法完全恢复。

[ə; eɪ] [fjuː] ['jɪrz] [ə'goʊ][ə; eɪ] [gruːp] [ʌv; əv] ['fɪfti] [wel] - [noʊn] [men]

A	few	years	ago	a	group	of	fifty	well	-	known	men
一个	很少	年	前	一个	团体	的	五十	出色地	-	已知	男人

几年前，一群五十位知名人士

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	75	]
[	页	-	]

[第75页]

[ɪn][ðə; ði][juˈnaɪtɪd] [steɪts] [spent] [mʌtʃ] [taɪm] [ænd; ənd]['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv]['dɑːlɚz, 'dɔlɚz][tuː; tə] [lɜːrn]

in	the	United	States	spent	much	time	and	thousands	of	dollars	to	learn
在	这	团结的	各州	花费	很多	时间	和	数千	的	美元	到	学习

[haʊ] [mʌtʃ] ['ælkəhɔːl][wʌz; wəz] [hɑːmɪŋ] ['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] .

how	much	alcohol	was	harming	our	country	.
如何	很多	酒精	曾是	伤害	我们的	国家	.

在美国，人们花费了大量时间和数千美元来了解酒精对我们国家造成的危害。

['æftər] [mʌtʃ] ['stʌdi] [ə'mʌŋ] ['meni] ['piːp(ə)l] [ðeɪ] [ə'naʊnst] [ðæt] [ðer; ðər][wɜːr; wər] [ə'baʊt] [wʌn]

After	much	study	among	many	people	they	announced	that	there	were	about	one
后	很多	学习	之中	许多	人们	他们	宣布	那	那里	是	关于	一

['mɪljən] [men] [ænd; ənd] [bɔɪz] [huːz] [helθ] [hæd; həd] [bɪn] ['ɪndʒərd][baɪ] [strɔːŋ] [drɪŋk] ,

million	men	and	boys	whose	health	had	been	injured	by	strong	drink	,
百万	男人	和	男孩们	谁	健康	有	到过	受伤	经过	强的	喝	,

经过对许多人的深入调查，他们宣布大约有100万男性和男孩的健康因酗酒而受到损害。

[sʌtʃ] [æz; əz] [bɪr] , [waɪn] , [ænd; ənd] ['wɪski] .

such	as	beer	,	wine	,	and	whisky	.
这样的	作为	啤酒	,	葡萄酒	,	和	威士忌酒	.

例如啤酒、葡萄酒和威士忌。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z] [strɔ:ŋ] [drɪŋk] ['kɔ:zɪz] [soʊ] [mʌtʃ] ['sɑ:roʊ] [ænd; ənd] ['sɪknəs] ['sevrəl] [steɪts] [hæv; həv]

Because	**strong**	**drink**	**causes**	**so**	**much**	**sorrow**	**and**	**sickness**	**several**	**states**	**have**
因为	强的	喝	原因	所以	很多	悲哀	和	疾病	一些	各州	有

[pæst] [lɔ:z] [fər'bɪdɪŋ] [ɪts] [seɪl] ,

passed	**laws**	**forbidding**	**its**	**sale**	**,**
通过了	法律	禁止	它是	销售	,

由于烈酒会造成诸多悲伤和疾病，一些州已经通过法律禁止销售烈酒。

[ænd; ənd] [sə'lu:n] [hæv; həv] [bɪn] [kloʊzd] [baɪ] [lɔ:z] [ɪn][pɑ:rts][ʌv; əv] ['meni] ['ʌðər] [steɪts] .

and	**saloons**	**have**	**been**	**closed**	**by**	**laws**	**in**	**parts**	**of**	**many**	**other**	**states**	**.**
和	酒吧	有	到过	关闭	经过	法律	在	部分	的	许多	其他	各州	.

在其他许多州的某些地区，酒吧已被法律勒令关闭。

[haʊ] ['ælkəhɔ:l][ə'fekts; 'æfˌekts] ['kɪtnz] . — [ðə; ði]['bɑ:di][ʌv; əv][ə; eɪ]['kɪt(ə)n][ɪz] [meɪd] ['veri] [mʌtʃ] [laɪk]

How	**Alcohol**	**affects**	**Kittens**	**.**	**—**	**The**	**body**	**of**	**a**	**kitten**	**is**	**made**	**very**	**much**	**like**
如何	酒精	影响	小猫	.	—	这	身体	的	一个	小猫	是	制成	非常	很多	喜欢

[ðə; ði]['bɑ:di][ʌv; əv][ə; eɪ] [tʃaɪld] .

the	**body**	**of**	**a**	**child**	**.**
这	身体	的	一个	孩子	.

酒精对小猫的影响——小猫的身体构造与婴儿的身体构造非常相似。

[ˌaɪ 'ti:][hæz; həz][dʒʌst][ðə; ði] [seɪm] ['ɔrgənz] [ðæt] [ə; eɪ] [tʃaɪld] [hæz; həz] ,

It	**has**	**just**	**the**	**same**	**organs**	**that**	**a**	**child**	**has**	**,**
它	有	只是	这	相同的	器官	那	一个	孩子	有	,

它拥有和儿童一样的器官。

[ænd; ənd] [ðeɪ] [du:][ðə; ði] [seɪm] [kaɪnd][ʌv; əv] [wɜ:rk] .

and	**they**	**do**	**the**	**same**	**kind**	**of**	**work**	**.**
和	他们	做	这	相同的	种类	的	工作	.

他们从事的是同一种工作。

['dɑ:ktər] [hɔdʒ] , [ə; eɪ] [wel] - [noʊn] ['saɪəntɪst] [ʌv; əv] [ˌmæsə'tʃu:sɪts] ,

Doctor	**Hodge**	**,**	**a**	**well**	**-**	**known**	**scientist**	**of**	**Massachusetts**	**,**
医生	霍奇	,	一个	出色地	-	已知	科学家	的	马萨诸塞州	,

霍奇博士，马萨诸塞州一位著名的科学家，

['ðerfɔ:r] [kən'klu:did] [ðæt] ['ælkəhɔ:l] [wʊd] [ækt][ɑ:n] ['kɪtnz] [ɪn][ðə; ði] [seɪm] [weɪ] [æz; əz][ˌaɪ 'ti:] [wʊd]

therefore	**concluded**	**that**	**alcohol**	**would**	**act**	**on**	**kittens**	**in**	**the**	**same**	**way**	**as**	**it**	**would**
所以	结束	那	酒精	会	行为	在	小猫	在	这	相同的	方式	作为	它	会

[ɑ:n][ə; eɪ][mæn][ɔ:r] [bɔɪ] .

on	**a**	**man**	**or**	**boy**	**.**
在	一个	男人	或者	男生	.

因此得出结论：酒精对小猫的作用与对男人或男孩的作用相同。

[ðə; ði]['dɑ:ktər][gɑ:t] [tu:] ['helθi] ['kɪtnz] [ænd; ənd] [fed] [ðem; ðəm][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['ælkəhɔ:l] ['evri] [deɪ]

The	**doctor**	**got**	**two**	**healthy**	**kittens**	**and**	**fed**	**them**	**a**	**little**	**alcohol**	**every**	**day**
这	医生	得到	二	健康	小猫	和	美联储	他们	一个	小的	酒精	每一个	天

[fɔ:r; fər] ['nɪrli] [tu:] [wi:ks] .

for	**nearly**	**two**	**weeks**	**.**
为了	几乎	二	周	.

医生弄来了两只健康的小猫，连续近两周每天都给它们喂一点酒精。

[ɪn][ə; eɪ] [fju:] [deɪz] [ðeɪ] [stɑ:pt] ['bi:ɪŋ] ['pleɪf(ə)l] , [dɪd][nɑ:t] [groʊ] ,

In	**a**	**few**	**days**	**they**	**stopped**	**being**	**playful**	**,**	**did**	**not**	**grow**	**,**
在	一个	很少	天	他们	停止	存在	顽皮的	,	做过	不是	生长	,

几天后，它们不再玩耍，也没有再长大。

[ænd; ənd][dɪd][nɑ:t] [ki:p] [ðer; ðər][fɜ:r] [kli:n] [ænd; ənd] [smu:ð] [æz; əz] ['helθi] ['kɪtnz] [du:] .

and	**did**	**not**	**keep**	**their**	**fur**	**clean**	**and**	**smooth**	**as**	**healthy**	**kittens**	**do**	**.**
和	做过	不是	保持	他们的	毛皮	干净的	和	光滑的	作为	健康	小猫	做	.

它们的毛发不像健康的幼猫那样干净柔顺。

['æftər] ['ju:zɪŋ] ['ælkəhɔ:l] ['sevrəl] [deɪz] [ðeɪ] [bɪ'keɪm] ['veri] [ɪl] .

After	using	alcohol	several	days	they	became	very	ill	.
后	使用	酒精	一些	天	他们	成为	非常	患病的	.

连续几天饮酒后，他们病得很重。

[ðɪs] [ɪk'sperɪmənt] [ʃoʊd] [ðæt] ['ælkəhɔ:l]['stɑ:ps] ['kɪtnz] [frʌm; frəm] ['groʊɪŋ] [ænd; ənd][rɑ:bz][ðem; ðəm]

This	experiment	showed	that	alcohol	stops	kittens	from	growing	and	robs	them
这	实验	显示	那	酒精	停止	小猫	从	生长	和	抢劫	他们

[ʌv; əv] [gʊd] [helθ] .

of	good	health	.
的	好的	健康	.

这项实验表明，酒精会阻止小猫生长，并损害它们的健康。

[haʊ] ['ælkəhɔ:l][hɜ:rts][dɔ:gz] . — ['dɑ:ktər] [hɔdʒ] [fed] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['ælkəhɔ:l][tu:; tə] [tu:] [dɔ:gz] ['nɪrli]

How	Alcohol	hurts	Dogs	.	—	Doctor	Hodge	fed	a	little	alcohol	to	two	dogs	nearly
如何	酒精	疼痛	狗	.	—	医生	霍奇	美联储	一个	小的	酒精	到	二	狗	几乎

['evri] [deɪ] [fɔ:r; fər] [θri:]

every	day	for	three
每一个	天	为了	三

酒精如何伤害狗——霍奇医生几乎每天都给两只狗喂少量酒精，持续了三天。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	76	]
[	页	-	]

[第76页]

['jɪrz] .

years	.
年	.

年。

[hi:; hi]['ɔ:lsoʊ] [kept] [ðə; ði] ['brʌðər] [ænd; ənd]['sɪstər] [ʌv; əv] [ði:z] [dɔ:gz] , [bʌt; bət] [geɪv] [ðem; ðəm][noʊ]

He	also	kept	the	brother	and	sister	of	these	dogs	,	but	gave	them	no
他	还	保留	这	兄弟	和	姐姐	的	这些	狗	,	但	给予	他们	不

['ælkəhɔ:l] .

alcohol	.
酒精	.

他还留下了这两只狗的兄弟姐妹，但没有给它们喂酒。

[ɔ:l] [ðə; ði][dɔ:gz][hæd; həd][ðə; ði] [seɪm] [kaɪnd][ʌv; əv] [fu:d] [ænd; ənd][wɜ:r; wər] ['tri:tɪd] [ə'laɪk] [ɪk'sept] [ðæt]

All	the	dogs	had	the	same	kind	of	food	and	were	treated	alike	except	that
全部	这	狗	有	这	相同的	种类	的	食物	和	是	治疗	同样	除了	那

[wʌn] [per] [gɑ:t]['ælkəhɔ:l][ænd; ənd][ðə; ði] ['ʌðər] [per] [dɪd][nɑ:t] .

one	pair	got	alcohol	and	the	other	pair	did	not	.
一	一对	得到	酒精	和	这	其他	一对	做过	不是	.

所有的狗都吃同样的食物，受到同样的对待，唯一的区别是其中一对狗喝了酒，而另一对狗没有喝酒。

[ðə; ði] [tu:] ['drɪŋkɪŋ] [dɔ:gz][gɑ:t] [sɪk] [mɔ:r] ['i:zəli] [ænd; ənd] [steɪd] [sɪk] [mʌtʃ] [lɔ:ŋgər][ðæn; ðən][ðə; ði]

The	two	drinking	dogs	got	sick	more	easily	and	staid	sick	much	longer	than	the
这	二	喝	狗	得到	生病的	更多的	容易地	和	稳重	生病的	很多	更长	比	这

['tempərəns] [dɔ:gz] .

temperance	dogs	.
节制	狗	.

两只爱喝酒的狗比不喝酒的狗更容易生病，而且病得更久。

[ðə; ði] ['drɪŋkɪŋ] [dɔ:gz] [bɪ'keɪm] ['leɪzi] , [ænd; ənd]['tɪmɪd] , [waɪl] [ðə; ði] ['ʌðər] [wɜ:r; wər] [strɔ:ŋ] , [fʊl]

The	drinking	dogs	became	lazy	,	and	timid	,	while	the	others	were	strong	,	full
这	喝	狗	成为	懒惰的	,	和	胆小	,	尽管	这	其他的	是	强的	,	满的

[ʌv; əv] [fʌn] , [ænd; ənd] [breɪv] .

of	fun	,	and	brave	.
的	乐趣	,	和	勇敢的	.

喝酒的狗变得懒惰、胆怯，而其他的狗则强壮、活泼、勇敢。

[wɪˈðɪn] [fɔːr] [ˈjɪrz] [ðə; ðɪ] [ˈdrɪŋkɪŋ] [dɔːgz][hæd; həd][bɔːrn][tuː; tə][ðem; ðəm] [ˈtwentɪ] - [ˈsev(ə)n] [ˈpʌpɪz] ,

Within	**four**	**years**	**the**	**drinking**	**dogs**	**had**	**born**	**to**	**them**	**twenty**	**-**	**seven**	**puppies**	**,**
之内	四	年	这	喝	狗	有	出生	到	他们	二十	-	七	小狗	,

四年内，这些爱喝酒的狗一共生了二十七只小狗。

[bʌt; bət][ˈoʊnlɪ] [fɔːr] [ʌv; əv][ðem; ðəm] [lɪvd] [tuː; tə] [groʊ] [ʌp] .

but	**only**	**four**	**of**	**them**	**lived**	**to**	**grow**	**up**	**.**
但	仅有的	四	的	他们	居住地	到	生长	向上	.

但只有四个人活到了成年。

[ðə; ðɪ] [ˈʌðər] [wɜːr; wər] [tuː] [wiːk] [ɔːr] [ˈsɪklɪ] [tuː; tə][lɪv; laɪv] .

The	**others**	**were**	**too**	**weak**	**or**	**sickly**	**to**	**live**	**.**
这	其他的	是	也	虚弱的	或者	病弱的	到	居住	.

其他人则因体弱多病而无法存活。

[ˈdʊrɪŋ] [ðə; ðɪ] [seɪm] [taɪm] [ðə; ðɪ] [ˈtempərəns] [dɔːgz][hæd; həd] [ˈfɔːrtɪ] - [faɪv] [ˈpʌpɪz] [ænd; ənd] [ˈfɔːrtɪ] -

During	**the**	**same**	**time**	**the**	**temperance**	**dogs**	**had**	**forty**	**-**	**five**	**puppies**	**and**	**forty**	**-**
期间	这	相同的	时间	这	节制	狗	有	四十	-	五	小狗	和	四十	-

[wʌn][ʌv; əv] [ðiːz] [lɪvd] .

one	**of**	**these**	**lived**	**.**
一	的	这些	居住地	.

与此同时，禁酒犬共生了 45 只幼犬，其中 41 只存活了下来。

[ðɪs] [ʃoʊz] [ðæt] [strɔːŋ] [drɪŋk] [wɪl] [nɑːt]['oʊnlɪ]['ɪndʒər][ðə; ðɪ] ['bɑːdɪz] [ʌv; əv] [ðoʊz] [huː] [teɪk] [ˌaɪ 'tiː] ,

This	**shows**	**that**	**strong**	**drink**	**will**	**not**	**only**	**injure**	**the**	**bodies**	**of**	**those**	**who**	**take**	**it**	**,**
这	演出	那	强的	喝	将要	不是	仅有的	损伤	这	身体	的	那些	WHO	拿	它	,

这表明，烈性酒不仅会损害饮用者的身体，

[bʌt; bət] [wɪl] [meɪk] [ðer; ðər] ['tʃɪldrən] [wiːk] [ænd; ənd] ['sɪklɪ] .

but	**will**	**make**	**their**	**children**	**weak**	**and**	**sickly**	**.**
但	将要	制作	他们的	孩子们	虚弱的	和	病弱的	.

但会使他们的孩子体弱多病。

[ðə; ðɪ][juːz][ʌv; əv] [strɔːŋ] [drɪŋk] ['kɔːzɪz] [dɪ'ziːz] . — ['menɪ] ['pɝːsənz] [huː] [teɪk] [bɪr] [ɔːr][waɪn] ['evrɪ]

The	**Use**	**of**	**Strong**	**Drink**	**causes**	**Disease**	**.**	**—**	**Many**	**persons**	**who**	**take**	**beer**	**or**	**wine**	**every**
这	使用	的	强的	喝	原因	疾病	.	—	许多	人	WHO	拿	啤酒	或者	葡萄酒	每一个

[deɪ] [bɪ'kʌm] [fæt] .

day	**become**	**fat**	**.**
天	变得	胖的	.

饮用烈性酒会导致疾病。——许多每天喝啤酒或葡萄酒的人都会变得肥胖。

[ðeɪ] [θɪŋk] [ðɪs] [ɪz][ə; eɪ][saɪn][ʌv; əv] [helθ] .

They	**think**	**this**	**is**	**a**	**sign**	**of**	**health**	**.**
他们	思考	这	是	一个	符号	的	健康	.

他们认为这是健康的标志。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['riːəlɪ] [ə; eɪ][saɪn][ʌv; əv] [dɪ'ziːz] .

It	**is**	**really**	**a**	**sign**	**of**	**disease**	**.**
它	是	真的	一个	符号	的	疾病	.

这其实是疾病的征兆。

[ðeɪ] [bɪ'kʌm] [ʃɔːrt] [ʌv; əv] [breθ] .

They	**become**	**short**	**of**	**breath**	**.**
他们	变得	短的	的	气息	.

他们开始呼吸困难。

[ðeɪ] [kæn; kən][noʊ][lɔːŋgər] [rʌn] [soʊ][fæst][ɔːr][duː][soʊ] [mʌtʃ] [wɜːrk][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðə; ðɪ] [hɑːrt] [ɪz] ['kʌvərd]

They	**can**	**no**	**longer**	**run**	**so**	**fast**	**or**	**do**	**so**	**much**	**work**	**because**	**the**	**heart**	**is**	**covered**
他们	能	不	更长	跑步	所以	快速地	或者	做	所以	很多	工作	因为	这	心	是	涵盖

[wɪð; wɪθ][fæt][ænd; ənd]['iːv(ə)n][sʌm; səm][ʌv; əv][ɪts] [wɔːl] [ɪz] [tʃeɪndʒd] [tuː; tə][fæt] .

with	**fat**	**and**	**even**	**some**	**of**	**its**	**wall**	**is**	**changed**	**to**	**fat**	**.**
和	胖的	和	甚至	一些	的	它是	墙	是	已更改	到	胖的	.

由于心脏被脂肪覆盖，甚至心脏壁的一部分也变成了脂肪，所以它们不能再跑得那么快或做那么多工作了。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ðə; ði] [hɑːrt] ['kænɑːt] [duː] [ɪts] [wɜːrk] ['iːzəli] [ɔːr] [wel] .

For	this	reason	the	heart	cannot	do	its	work	easily	or	well	.
为了	这	原因	这	心	不能	做	它是	工作	容易地	或者	出色地	.

正因如此，心脏无法轻松或良好地工作。

[ðə; ði] ['kidniz] [wɪtʃ] [teɪk] [ðə; ði] [weɪst] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [blʌd] ['ɔːf(ə)n] [bɪ'kʌm] ['ɪndʒərd] [baɪ] ['ælkəhɔːl]

The	kidneys	which	take	the	waste	out	of	the	blood	often	become	injured	by	alcohol
这	肾脏	哪个	拿	这	浪费	出去	的	这	血	经常	变得	受伤	经过	酒精

[ænd; ənd] [ə; eɪ] [dɪ'ziːz] ['kɔːzɪŋ] [deθ] ['fɑːloʊz] .

and	a	disease	causing	death	follows	.
和	一个	疾病	导致	死亡	跟随	.

酒精会损害肾脏，导致血液中的废物排出，进而引发致命疾病。

['sʌmtaɪmz] [ðə; ði] ['stʌmək] [bɪ'kʌmz]

Sometimes	the	stomach	becomes
有时	这	胃	变成

有时胃会变得

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	77	]
[	页	-	]

[第77页]

[dɪ'ziːzd] [soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] ['kænɑːt] [duː] [ɪts] [wɜːrk] .

diseased	so	that	it	cannot	do	its	work	.
患病的	所以	那	它	不能	做	它是	工作	.

患病以致无法工作。

[ðɪs] [meɪks] [ðə; ði] [hoʊl] ['bɑːdi] [sɪk] .

This	makes	the	whole	body	sick	.
这	制作	这	所有的	身体	生病的	.

这会使全身不适。

[ðə; ði] ['hɑːrdnɪŋ] [ʌv; əv] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['lɪvər] [ɪz] ['nɪrli] ['ɔːlweɪz] [kɔːzd] [baɪ] [ðə; ði] [juːz] [ʌv; əv] [bɪr] .

The	hardening	of	parts	of	the	liver	is	nearly	always	caused	by	the	use	of	beer	.
这	硬化	的	部分	的	这	肝	是	几乎	总是	导致	经过	这	使用	的	啤酒	.

肝脏部分硬化几乎总是由饮用啤酒引起的。

[ðə; ði] ['lɪvər] [ɪz] [ʃʊr] [tuː; tə] ['sʌfər] [ɪf] [wʌn] ['juːzɪz] [mʌtʃ] [ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋk] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðə; ði] ['ælkəhɔːl]

The	liver	is	sure	to	suffer	if	one	uses	much	alcoholic	drink	because	the	alcohol
这	肝	是	当然	到	遭受	如果	一	用途	很多	酗酒者	喝	因为	这	酒精

[goʊz] [də'rekt] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [fuːd] [tuːb] [tuː; tə] [ðə; ði] ['lɪvər] .

goes	direct	from	the	food	tube	to	the	liver	.
去	直接的	从	这	食物	管子	到	这	肝	.

如果大量饮酒，肝脏肯定会受到损害，因为酒精会直接从食道进入肝脏。

[lɔːŋ] [juːz] [ʌv; əv] [strɔːŋ] [drɪŋk] [meɪ] [brɪŋ] [ɑːn] [dɪ'ziːz] [ɪn] [ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] [nəːvs] .

Long	use	of	strong	drink	may	bring	on	disease	in	the	brain	and	nerves	.
长的	使用	的	强的	喝	可能	带来	在	疾病	在	这	脑	和	神经	.

长期饮用烈性酒可能会引发大脑和神经疾病。

[ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋks] [meɪ] [kɔːz] [deθ] . — ['evri] [ten] ['jɪrz] [ðə; ði] ['gʌvərnmənt] [ə'pɔints] ['pɜːsənz]

Alcoholic	Drinks	may	cause	Death	.	—	Every	ten	years	the	government	appoints	persons
酗酒者	饮料	可能	原因	死亡	.	—	每一个	十	年	这	政府	任命	人

[tuː; tə] ['vɪzɪt] [iːtʃ] [hoʊm] [ɪn] ['aʊər; ɑːr] [lænd] [tuː; tə] [teɪk] [ðə; ði] ['sensəs] .

to	visit	each	home	in	our	land	to	take	the	census	.
到	访问	每个	家	在	我们的	土地	到	拿	这	人口普查	.

饮酒可能导致死亡。——政府每十年任命人员到我国每户人家进行人口普查。

[ə; eɪ][pɑːrt][ʌv; əv] [ðɪs] ['sensəs] [rɪ'pɔːrt] [kən'sɪsts] [ʌv; əv][ə; eɪ] ['teɪbl] ['ʃoʊɪŋ] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] [ʌv; əv] [wɪtʃ]

A	part	of	this	census	report	consists	of	a	table	showing	the	disease	of	which
一个	部分	的	这	人口普查	报告	由	的	一个	桌子	显示	这	疾病	的	哪个

['piːp(ə)l] [daɪd] .

people	died	.
人们	死亡	.

这份人口普查报告的一部分包含一个表格，列出了人们死于的疾病。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][frʌm; frəm][ðə; ði] ['sensəs] [rɪ'pɔːrt] [ðæt] [wiː; wi] [noʊ] [ðæt] ['hʌndrədz] [ʌv; əv] ['piːp(ə)l] [daɪ] ['evri]

It	is	from	the	census	report	that	we	know	that	hundreds	of	people	die	every
它	是	从	这	人口普查	报告	那	我们	知道	那	数百	的	人们	死	每一个

[jɪr] [frʌm; frəm][ðə; ði][juːz][ʌv; əv]['ælkəhɔːl] .

year	from	the	use	of	alcohol	.
年	从	这	使用	的	酒精	.

根据人口普查报告，我们得知每年有数百人死于饮酒。

['deɪndʒər][tuː; tə] [helθ] [ɪn] [bɪ'gɪnɪŋ] [ðə; ði][juːz][ʌv; əv] [strɔːŋ] [drɪŋk] . — [ə; eɪ][lɑːrdʒ] ['nʌmbər] [ʌv; əv]

Danger	to	Health	in	beginning	the	Use	of	Strong	Drink	.	—	A	large	number	of
危险	到	健康	在	开始	这	使用	的	强的	喝	.	—	一个	大的	数字	的

['piːp(ə)l] [teɪk] [ə; eɪ] [drɪŋk] [ʌv; əv] [bɪr] [ɔːr] [waɪn] [ə'keɪʒ(ə)nəli] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [duː][nɑːt] [siː] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː]

people	take	a	drink	of	beer	or	wine	occasionally	because	they	do	not	see	that	it
人们	拿	一个	喝	的	啤酒	或者	葡萄酒	偶尔	因为	他们	做	不是	看	那	它

[hɜːrts] [ðə; ði]['bɑːdi] .

hurts	the	body	.
疼痛	这	身体	.

开始饮用烈性酒对健康的危害——很多人偶尔喝啤酒或葡萄酒，因为他们没有意识到这会对身体造成伤害。

[noʊ][wʌn] [iks'pekts] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ] ['stedi] ['drɪŋkər] [ɔːr][ə; eɪ] ['drʌŋkərd] [wen] [hiː; hi] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə]

No	one	expects	to	become	a	steady	drinker	or	a	drunkard	when	he	begins	to
不	一	预期	到	变得	一个	稳定的	饮酒者	或者	一个	酒鬼	什么时候	他	开始	到

[drɪŋk] .

drink	.
喝	.

没有人会在开始喝酒的时候就预料到自己会变成一个酗酒者或酒鬼。

[rɪ'pɔːrts] [ʃoʊ] [ðæt] ['evri] ['drʌŋkərd] [bɪ'gɪnz] [hɪz; ɪz] ['daʊnwərd] [kɔːrs] [baɪ] ['teɪkɪŋ] [ə; eɪ] [fjuː] [drɪŋks]

Reports	show	that	every	drunkard	begins	his	downward	course	by	taking	a	few	drinks
报告	展示	那	每一个	酒鬼	开始	他的	向下	课程	经过	采取	一个	很少	饮料

[ə'keɪʒ(ə)nəli] .

occasionally	.
偶尔	.

报告显示，每个酗酒者都是从偶尔小酌几杯开始走上歧途的。

['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv] ['pɝːsənz] [bɪ'gɪn] [ə; eɪ] ['drʌŋkərdz] [laɪf] ['evri] [jɪr] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðə; ði] ['æpɪtaɪt]

Thousands	of	persons	begin	a	drunkard's	life	every	year	because	the	appetite
数千	的	人	开始	一个	醉汉的	生活	每一个	年	因为	这	食欲

[liːdz] [ðem; ðəm][ɑːn]['dʒentli] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [bɪ'kʌm] [sleɪvz] [ænd; ənd] ['kænɑːt] [let] [drɪŋk] [ə'loʊn] .

leads	them	on	gently	until	they	become	slaves	and	cannot	let	drink	alone	.
线索	他们	在	轻轻地	直到	他们	变得	奴隶	和	不能	让	喝	独自的	.

每年有成千上万的人开始酗酒，因为酒瘾慢慢地引诱他们，直到他们成为酒的奴隶，无法摆脱酒精。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	78	]
[	页	-	]

[第78页]

['tʃæptər] [saɪˌzaɪˌksaɪˌgzaɪ]

CHAPTER	XI
章	十一

第十一章

[tə'bækoʊ] [ænd; ənd] ['ʌðər] [drʌgz] [wɪtʃ] ['ɪndʒər] [ðə; ði]

TOBACCO	AND	OTHER	DRUGS	WHICH	INJURE	THE
烟草	和	其他	药物	哪个	损伤	这

烟草和其他有害药物

[helθ]

HEALTH
健康

健康

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði][tə'bækoʊ][plænt] .

41	—	The	tobacco	plant	.
-	—	这	烟草	植物	.

41 —烟草植物。

[haʊ] [tə'bækoʊ][ɪz] [meɪd] . — [tə'bækoʊ][ɪz] [meɪd] [frʌm; frəm][ðə; ði] [liːvz] [ʌv; əv][ðə; ði][tə'bækoʊ][plænt] .

How	Tobacco	is	Made	.	—	Tobacco	is	made	from	the	leaves	of	the	tobacco	plant	.
如何	烟草	是	制成	.	—	烟草	是	制成	从	这	树叶	的	这	烟草	植物	.

烟草的制作方法——烟草是由烟草植物的叶子制成的。

[ðə; ði][plænt] [meɪ] [groʊ] [æz; əz] [tɔːl] [æz; əz][ə; eɪ][mæn][ænd; ənd] [ber] [mɔːr] [ðæn; ðən][ə; eɪ]['dʌz(ə)n] [liːvz]

The	plant	may	grow	as	tall	as	a	man	and	bear	more	than	a	dozen	leaves
这	植物	可能	生长	作为	高的	作为	一个	男人	和	熊	更多的	比	一个	打	树叶

.

:
.

这种植物可以长到和人一样高，并长出十几片叶子。

[iːtʃ] [liːf] [ɪz] [tuː] [ɔːr] [θriː] [taɪmz] [æz; əz][lɑːrdʒ][æz; əz][jʊr; jər][hænd] .

Each	leaf	is	two	or	three	times	as	large	as	your	hand	.
每个	叶子	是	二	或者	三	时代	作为	大的	作为	你的	手	.

每片叶子的大小都是你手掌的两到三倍。

[ðə; ði] [siːdz] [ɑːr; ər][plaːntid][ɪn][ðə; ði] ['sprɪŋtaɪm] ,

The	seeds	are	planted	in	the	springtime	,
这	种子	是	已种植	在	这	春天	,

种子在春天播种。

[ænd; ənd][ðə; ði][plænts][ɑːr; ər] ['redi] [tuː; tə][biː; bi][kʌt][ɪn][ðə; ði] ['ɔːtəm] .

and	the	plants	are	ready	to	be	cut	in	the	autumn	.
和	这	植物	是	准备好	到	是	切	在	这	秋天	.

到了秋天，这些植物就可以收割了。

[moʊst][ʌv; əv]['aʊər; ɑːr][tə'bækoʊ][ɪz] [reɪzd] [ɪn][ðə; ði] ['sʌðərn] [steɪts] [ænd; ənd]['kjuːbə] .

Most	of	our	tobacco	is	raised	in	the	Southern	states	and	Cuba	.
最多	的	我们的	烟草	是	提高	在	这	南方	各州	和	古巴	.

我们的烟草大部分产自美国南部各州和古巴。

['æftər] ['kʌtɪŋ] ,

After	cutting	,
后	切割	,

切开后，

[ðə; ði] [təˈbækoʊ] [mʌst; məst] [biː; bi] [draɪd] [ænd; ənd] [kɛəd] [fɔːr; fər] [ɪn] [ə; eɪ] [ˈspeʃ(ə)l] [weɪ] [tuː; tə] [gɪv] [ˌaɪ ˈtiː]

the	tobacco	must	be	dried	and	cared	for	in	a	special	way	to	give	it
这	烟草	必须	是	干燥	和	关心	为了	在	一个	特别的	方式	到	给	它

[ðə; ði] [raɪt] [ˈfleɪvər] .

the	right	flavor	.
这	正确的	味道	.

烟草必须经过特殊干燥和处理，才能获得合适的风味。

[ˌaɪ ˈtiː] [ɪz] [ðen] [sent] [tuː; tə] [ˈfæktriz; ˈfæktəriz] [ænd; ənd] [meɪd] [ˈɪntuː] [sɪˈgɑːrz] , [ˈsmoʊkɪŋ] [təˈbækoʊ] , [ɔːr]

It	is	then	sent	to	factories	and	made	into	cigars	,	smoking	tobacco	,	or
它	是	然后	发送	到	工厂	和	制成	进入	雪茄	,	吸烟	烟草	,	或者

[ˈtʃuːɪŋ] [təˈbækoʊ] .

chewing	tobacco	.
咀嚼	烟草	.

然后将其送往工厂，制成雪茄、烟丝或嚼烟。

[haʊ] [təˈbækoʊ] [ɪz] [juːst] . — [ˈmeni] [ˈmɪljən] [ˈdɑːlɚz, ˈdɔlɚz] [ɑːr; ər] [spent] [ˈevri] [jɪr] [baɪ] [ðə; ði] [ˈpiːp(ə)l]

How	Tobacco	is	Used	.	—	Many	million	dollars	are	spent	every	year	by	the	people
如何	烟草	是	用过的	.	—	许多	百万	美元	是	花费	每一个	年	经过	这	人们

[ʌv; əv] [ˈaʊər; ɑːr] [ˈkʌntri] [fɔːr; fər] [təˈbækoʊ] .

of	our	country	for	tobacco	.
的	我们的	国家	为了	烟草	.

烟草的使用方式——我国人民每年在烟草上花费数百万美元。

[moʊst] [ʌv; əv] [ðə; ði] [təˈbækoʊ] [ɪz] [juːst] [ɪn] [ˈsmoʊkɪŋ] .

Most	of	the	tobacco	is	used	in	smoking	.
最多	的	这	烟草	是	用过的	在	吸烟	.

大部分烟草用于吸烟。

[sʌm; səm] [men] [smoʊk] [ˌaɪ ˈtiː] [ɪn] [paɪps] , [waɪl] [ˈʌðər] [smoʊk] [ˌaɪ ˈtiː] [ɪn] [ðə; ði] [fɔːrm] [ʌv; əv] [sɪˈgɑːrz] [ɔːr]

Some	men	smoke	it	in	pipes	,	while	others	smoke	it	in	the	form	of	cigars	or
一些	男人	抽烟	它	在	管道	,	尽管	其他的	抽烟	它	在	这	形式	的	雪茄	或者

[sɪgəˈrets] .

cigarettes	.
香烟	.

有些男人用烟斗吸食，而另一些男人则以雪茄或香烟的形式吸食。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	79	]
[	页	-	]

[第79页]

[ˈmeni] [men] [tʃuː] [təˈbækoʊ] .

Many	men	chew	tobacco	.
许多	男人	嚼	烟草	.

很多男人都嚼烟草。

[wen] [juːst] [ɪn] [ðɪs] [weɪ] ,

When	used	in	this	way	,
什么时候	用过的	在	这	方式	,

这样使用时，

[ˈsʌmθɪŋ] [laɪk] [ˈlɪkərɪʃ, ˈlɪkərɪs] [ɪz] [ˈdʒen(ə)rəli] [mɪkst] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [təˈbækoʊ] [tuː; tə] [gɪv] [ˌaɪ ˈtiː] [ə; eɪ] [mɔːr]

something	like	licorice	is	generally	mixed	with	the	tobacco	to	give	it	a	more
某物	喜欢	甘草	是	一般来说	混合	和	这	烟草	到	给	它	一个	更多的

[ˈplez(ə)nt] [teɪst] .

pleasant	taste	.
令人愉快的	品尝	.

通常会在烟草中加入甘草之类的物质，以使其味道更宜人。

['sʌmtaɪmz] [ðə; ði][draɪ][tə'bækoʊ][ɪz] [graʊnd] ['ɪntu:][ə; eɪ] [faɪn] ['paʊdər] [kɔ:ld] [snʌf] .

Sometimes	**the**	**dry**	**tobacco**	**is**	**ground**	**into**	**a**	**fine**	**powder**	**called**	**snuff**	**.**
有时	这	干燥	烟草	是	地面	进入	一个	美好的	粉末	称为	鼻烟	.

有时，干燥的烟草会被磨成细粉，称为鼻烟。

[ðɪs] [ɪz] [ju:st] [baɪ][bəuθ] [men] [ænd; ənd] ['wɪmɪn] .

This	**is**	**used**	**by**	**both**	**men**	**and**	**women**	**.**
这	是	用过的	经过	两个都	男人	和	女性	.

男女均可使用。

[tə'bækoʊ] [kən'teɪnz] [ə; eɪ] ['pɔɪzn] . — [wen] [bɔɪz] [tʃu:] [ɔ:r] [smoʊk] [tə'bækoʊ][fɔ:r; fər][ðə; ði][fɜ:rst] [taɪm] ,

Tobacco	**contains**	**a**	**Poison**	**.**	**—**	**When**	**boys**	**chew**	**or**	**smoke**	**tobacco**	**for**	**the**	**first**	**time**	**,**
烟草	包含	一个	毒	.	—	什么时候	男孩们	嚼	或者	抽烟	烟草	为了	这	第一的	时间	,

烟草含有毒素。——男孩第一次嚼烟或吸烟时，

[ˌaɪ 'ti:] ['ɔ:lweɪz] [meɪks] [ðem; ðəm] [sɪk] .

it	**always**	**makes**	**them**	**sick**	**.**
它	总是	制作	他们	生病的	.

它总是让他们感到不舒服。

['tʃu:ɪŋ] [ɔ:r] ['smoʊkɪŋ] [fɔ:r; fər] [ˌfɪf'ti:n] ['mɪnɪts] [wɪl] [meɪk] [ðem; ðəm] [groʊ] ['dɪzi] [ænd; ənd] [wi:k]

Chewing	**or**	**smoking**	**for**	**fifteen**	**minutes**	**will**	**make**	**them**	**grow**	**dizzy**	**and**	**weak**
咀嚼	或者	吸烟	为了	十五	分钟	将要	制作	他们	生长	晕眩的	和	虚弱的

[ænd; ənd] [fi:l] [soʊ] [sɪk] [ðæt] [ðeɪ] [mʌst; məst][laɪ] [daʊn] [fɔ:r; fər][ə; eɪ] [lɔ:ŋ] [taɪm] .

and	**feel**	**so**	**sick**	**that**	**they**	**must**	**lie**	**down**	**for**	**a**	**long**	**time**	**.**
和	感觉	所以	生病的	那	他们	必须	说谎	向下	为了	一个	长的	时间	.

咀嚼或吸烟十五分钟后，他们会感到头晕、虚弱，并且非常难受，不得不长时间躺下。

[ðə; ði] ['sɪknəs] [ɪz] [kɔ:zd] [baɪ][ə; eɪ] ['pɔɪzn] [kɔ:ld] ['nɪkəti:n] [wɪtʃ] [ɪz]['prez(ə)nt][ɪn][ɔ:l][tə'bækoʊ] .

The	**sickness**	**is**	**caused**	**by**	**a**	**poison**	**called**	**nicotine**	**which**	**is**	**present**	**in**	**all**	**tobacco**	**.**
这	疾病	是	导致	经过	一个	毒	称为	尼古丁	哪个	是	展示	在	全部	烟草	.

这种疾病是由一种叫做尼古丁的毒素引起的，尼古丁存在于所有烟草中。

[mʌtʃ] [ʌv; əv] [ðɪs] ['pɔɪzn] [meɪ] [bi:; bi] [soʊkt] [aʊt] [baɪ] ['bɔɪlɪŋ] [ðə; ði][tə'bækoʊ][ɪn]['wɔ:tər] .

Much	**of**	**this**	**poison**	**may**	**be**	**soaked**	**out**	**by**	**boiling**	**the**	**tobacco**	**in**	**water**	**.**
很多	的	这	毒	可能	是	浸泡过	出去	经过	沸腾	这	烟草	在	水	.

将烟草放入水中煮沸，可以去除大部分毒素。

[ə; eɪ] [kʌp] [ʌv; əv]['wɔ:tər] [ɪn] [wɪtʃ] [ə; eɪ] ['paɪpˌfʊl] [ʌv; əv][tə'bækoʊ][hæz; həz] [bɪn] [bɔɪld] [wɪl] [kɪl] ['goʊldfɪʃ]

A	**cup**	**of**	**water**	**in**	**which**	**a**	**pipeful**	**of**	**tobacco**	**has**	**been**	**boiled**	**will**	**kill**	**goldfish**
一个	杯子	的	水	在	哪个	一个	满管	的	烟草	有	到过	煮沸	将要	杀	金鱼

[ɪn][æn; ən] ['aʊər] [wen] [pɔ:d] ['ɪntu:][ə; eɪ] ['gælən] [dʒɑ:r][ʌv; əv]['wɔ:tər][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [fɪʃ] .

in	**an**	**hour**	**when**	**poured**	**into**	**a**	**gallon**	**jar**	**of**	**water**	**with**	**the**	**fish**	**.**
在	一个	小时	什么时候	倾倒	进入	一个	加仑	罐	的	水	和	这	鱼	.

将一杯煮沸过一斗烟草的水倒入装有金鱼的一加仑水中，一小时内即可杀死金鱼。

[ðer; ðər][ɪz] [ɪ'nʌf] ['pɔɪzn] [ɪn][ə; eɪ]['hændfʊl][ʌv; əv][tə'bækoʊ][tu:; tə] [kɪl] [ə; eɪ] [bɔɪ] [hu:] [ɪz][nɑ:t][ɪn][ðə; ði]

There	**is**	**enough**	**poison**	**in**	**a**	**handful**	**of**	**tobacco**	**to**	**kill**	**a**	**boy**	**who**	**is**	**not**	**in**	**the**
那里	是	足够的	毒	在	一个	少数	的	烟草	到	杀	一个	男生	WHO	是	不是	在	这

['hæbɪt][ʌv; əv]['ju:zɪŋ][ˌaɪ 'ti:] .

habit	**of**	**using**	**it**	**.**
习惯	的	使用	它	.

一把烟草中所含的毒素足以杀死一个没有吸烟习惯的男孩。

[waɪ] [men] [kæn; kən] [juːz] [təˈbækoʊ] [wɪˈðaʊt] [bɪˈkʌmɪŋ] [sɪk] . —

Why	Men	can	use	Tobacco	without	becoming	Sick	.	—
为什么	男人	能	使用	烟草	没有	成为	生病的	.	—

[ɪkˈsperɪmənts; ɪkˈsperɪments; ɪkˈsperəmənts; ɪkˈsperəments] [əˈpɑːn] [ˈænɪmlz] [hæv; həv] [ʃoʊn] [ðæt] [ðə; ðɪ] [ˈbɑːdi]

Experiments	upon	animals	have	shown	that	the	body
实验	之上	动物	有	所示	那	这	身体

[kæn; kən] [lɜːrn] [tuː; tə] [juːz] [ə; eɪ] [ˈpɔɪzn] [ænd; ənd] [nɑːt] [bɪˈkʌm] [sɪk] [frʌm; frəm] [ˌaɪ ˈtiː] .

can	learn	to	use	a	poison	and	not	become	sick	from	it	.
能	学习	到	使用	一个	毒	和	不是	变得	生病的	从	它	.

为什么男人使用烟草不会生病？——动物实验表明，人体可以学会利用毒物而不生病。

[ðə; ðɪ] [ˈpɔɪzn] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [ˈrætlsneɪk] [ɪz] [ˈdedli] [tuː; tə] [moʊst] [ˈænɪmlz] ;

The	poison	of	a	rattlesnake	is	deadly	to	most	animals	;
这	毒	的	一个	响尾蛇	是	致命	到	最多	动物	;

响尾蛇的毒液对大多数动物都是致命的；

[bʌt; bət] [ɪf] [ə; eɪ] [ˈtaɪni] [bɪt] [ʌv; əv] [ðə; ðɪ] [ˈpɔɪzn] [ɪz] [pʊt] [ˈʌndər] [ðə; ðɪ] [skɪn] [ʌv; əv] [ðə; ðɪ] [ˈræbɪt] [wʌn] [deɪ]

but	if	a	tiny	bit	of	the	poison	is	put	under	the	skin	of	the	rabbit	one	day
但	如果	一个	微小的	少量	的	这	毒	是	放	在下面	这	皮肤	的	这	兔子	一	天

[ænd; ənd] [ðen] [ɑːn] [iːtʃ] [səkˈsiːdɪŋ] [deɪ] [ə; eɪ] [ˈlɪt(ə)l] [ˈlɑːrdʒər] [doʊs] [ʌv; əv] [ðə; ðɪ] [ˈpɔɪzn] [ɪz] [ˈgɪv(ə)n] [ðə; ðɪ]

and	then	on	each	succeeding	day	a	little	larger	dose	of	the	poison	is	given	the
和	然后	在	每个	成功	天	一个	小的	更大的	剂量	的	这	毒	是	给定	这

[ˈræbɪt] [fɔːr; fər] [ə; eɪ] [lɔːŋ] [taɪm] ,

rabbit	for	a	long	time	,
兔子	为了	一个	长的	时间	,

但是，如果有一天在兔子皮下放入少量毒药，然后在接下来的每一天都逐渐增加毒药的剂量，持续很长时间，

[ðə; ðɪ] [ˈænɪm(ə)l] [wɪl] [bɪˈkʌm] [soʊ] [əˈkʌstəmd] [tuː; tə] [ðə; ðɪ] [ˈpɔɪzn] [ðæt] [ðə; ðɪ] [baɪt] [ʌv; əv]

the	animal	will	become	so	accustomed	to	the	poison	that	the	bite	of
这	动物	将要	变得	所以	习惯	到	这	毒	那	这	咬	的

这种动物会对毒药产生耐受性，以至于再咬一口也无济于事。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	80	]
[	页	-	]

[第 80 页]

[ə; eɪ] [ˈrætlsneɪk] [wɪl] [nɑːt] [hɑːrm] [ˌaɪ ˈtiː] .

a	rattlesnake	will	not	harm	it	.
一个	响尾蛇	将要	不是	伤害	它	.

响尾蛇不会伤害它。

[ˌaɪ ˈtiː] [ɪz] [ðə; ðɪ] [seɪm] [weɪ] [wɪð; wɪθ] [təˈbækoʊ] .

It	is	the	same	way	with	tobacco	.
它	是	这	相同的	方式	和	烟草	.

烟草也是如此。

[ˈlɪt(ə)l] [baɪ] [ˈlɪt(ə)l] [ðə; ðɪ] [ˈbɑːdi] [ləːnz] [tuː; tə] [ˌoʊvərˈkʌm] [ðə; ðɪ] [ɪˈfekts] [ʌv; əv] [ðə; ðɪ] [ˈpɔɪzn] ,

Little	by	little	the	body	learns	to	overcome	the	effects	of	the	poison	,
小的	经过	小的	这	身体	学习	到	克服	这	效果	的	这	毒	,

身体逐渐学会克服毒素的影响。

[bʌt; bət] [mʌtʃ] [juːz] [ʌv; əv] [təˈbækoʊ] [ɪz] [ˈlaɪkli] [tuː; tə] [hɜːrt] [ˈsɜːrt(ə)n] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ðɪ] [ˈbɑːdi] .

but	much	use	of	tobacco	is	likely	to	hurt	certain	parts	of	the	body	.
但	很多	使用	的	烟草	是	可能	到	伤害	肯定	部分	的	这	身体	.

但长期大量使用烟草可能会损害身体的某些部位。

[tə'bækoʊ][ɪz]['hɑ:rmf(ə)l][tu:; tə][ðə; ði] [jʌŋ] . — [ə; eɪ][doʊs][ʌv; əv] ['pɔɪzn] [wɪtʃ] [wɪl] [kɪl][ə; eɪ][tʃaɪld] [meɪ]

Tobacco	**is**	**Harmful**	**to**	**the**	**Young**	**.**	**—**	**A**	**dose**	**of**	**poison**	**which**	**will**	**kill**	**a**	**child**	**may**
烟草	是	有害	到	这	年轻的	.	—	一个	剂量	的	毒	哪个	将要	杀	一个	孩子	可能

[du:][bʌt; bət]['lɪt(ə)l][hɑ:rm][tu:; tə][ə; eɪ][mæn] .

do	**but**	**little**	**harm**	**to**	**a**	**man**	**.**
做	但	小的	伤害	到	一个	男人	.

烟草对青少年有害。——足以杀死儿童的毒药剂量，对成年人可能几乎没有伤害。

[tə'bækoʊ][ɪz]['sɜ:rt(ə)n][tu:; tə][hɜ:rt] [bɔɪz] [mɔ:r] [ðæn; ðən][ˌaɪ 'ti:] [dʌz] [men] .

Tobacco	**is**	**certain**	**to**	**hurt**	**boys**	**more**	**than**	**it**	**does**	**men**	**.**
烟草	是	肯定	到	伤害	男孩们	更多的	比	它	做	男人	.

烟草对男孩的危害肯定比对成年人的危害更大。

[ðə; ði] ['pɔɪzn] [meɪks] [ðə; ði]['bɑ:di] [groʊ] ['sloʊər] .

The	**poison**	**makes**	**the**	**body**	**grow**	**slower**	**.**
这	毒	制作	这	身体	生长	慢点	.

这种毒素会减缓身体的生长速度。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [ðer; ðər][ɪz] [mɔ:r] ['pɔɪzn] [ɪn][ðə; ði][wʌn][ɑ:n][ðə; ði] [raɪt] [ðæn; ðən][ɪn][ðə; ði][wʌn][ɑ:n][ðə; ði][left] .

42	**—**	**There**	**is**	**more**	**poison**	**in**	**the**	**one**	**on**	**the**	**right**	**than**	**in**	**the**	**one**	**on**	**the**	**left**	**.**
-	—	那里	是	更多的	毒	在	这	一	在	这	正确的	比	在	这	一	在	这	左边	.

42 —右边的那个比左边的那个毒性更大。

[ə; eɪ][lɑ:rdʒ] ['nʌmbər] [ʌv; əv] ['meʒərmənts] [meɪd] [baɪ]['dɑ:ktər] ['si:vɝ] [ʃoʊd] [ðæt] [ðə; ði] [bɔɪz] [hu:]

A	**large**	**number**	**of**	**measurements**	**made**	**by**	**Doctor**	**Seaver**	**showed**	**that**	**the**	**boys**	**who**
一个	大的	数字	的	测量	制成	经过	医生	西弗	显示	那	这	男孩们	WHO

[dɪd][nɑ:t][ju:z][tə'bækoʊ] [geɪnd] [ɪn] [fɔ:r] ['jɪrz] [wʌn] ['twentiəθ] [mɔ:r] [ɪn] [weɪt] [ænd; ənd][wʌn] [fɔ:rθ]

did	**not**	**use**	**tobacco**	**gained**	**in**	**four**	**years**	**one**	**twentieth**	**more**	**in**	**weight**	**and**	**one**	**fourth**
做过	不是	使用	烟草	获得	在	四	年	一	第二十	更多的	在	重量	和	一	第四

[mɔ:r] [ɪn][gɜ:rθ][ænd; ənd] [haɪt] [ðæn; ðən][ðə; ði] ['jʊzər] [ʌv; əv][tə'bækoʊ] .

more	**in**	**girth**	**and**	**height**	**than**	**the**	**users**	**of**	**tobacco**	**.**
更多的	在	周长	和	高度	比	这	用户	的	烟草	.

西弗医生进行的大量测量表明，四年后，不吸烟的男孩体重比吸烟的男孩重20%，腰围和身高比吸烟的男孩多1/20%。

[ðiːz] [bɔɪz] [wɜ:r; wər] [bɪ'twi:n] [ˌsɪks'ti:n] [ænd; ənd] ['twenti] - [tu:] ['jɪrz] [ʌv; əv][eɪdʒ] .

These	**boys**	**were**	**between**	**sixteen**	**and**	**twenty**	**-**	**two**	**years**	**of**	**age**	**.**
这些	男孩们	是	之间	十六	和	二十	-	二	年	的	年龄	.

这些男孩的年龄在十六岁到二十二岁之间。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['laɪkli] [ðæt] [tə'bækoʊ] [wɪl] [hæv; həv][ə; eɪ] [mɔ:r] ['hɑ:rmf(ə)l] [ɪ'fekt] [ɑ:n] ['jʌŋgər] [bɔɪz] .

It	**is**	**likely**	**that**	**tobacco**	**will**	**have**	**a**	**more**	**harmful**	**effect**	**on**	**younger**	**boys**	**.**
它	是	可能	那	烟草	将要	有	一个	更多的	有害	影响	在	年轻	男孩们	.

烟草对年龄较小的男孩可能造成更大的危害。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	**Pg**	**81**	**]**
[	页	-	]

[第 81 页]

[lɔ:z] [tu:; tə] [ki:p] [ðə; ði] [jʌŋ] ['helθi] . — [bɔɪz] [ɔ:t] [tu:; tə][bi:; bi] [waɪz] [ænd; ənd] [breɪv] [ɪ'nʌf]

Laws	**to**	**keep**	**the**	**Young**	**Healthy**	**.**	**—**	**Boys**	**ought**	**to**	**be**	**wise**	**and**	**brave**	**enough**
法律	到	保持	这	年轻的	健康	.	—	男孩们	应该	到	是	明智的	和	勇敢的	足够的

[tu:; tə][let] [ə'loʊn] [wʌt] [ki:ps] [ðer; ðər] ['bɑ:dɪz] [frʌm; frəm] ['groʊɪŋ] [ænd; ənd][hɜ:rts][ðer; ðər] [helθ] ,

to	**let**	**alone**	**what**	**keeps**	**their**	**bodies**	**from**	**growing**	**and**	**hurts**	**their**	**health**	**,**
到	让	独自的	什么	保持	他们的	身体	从	生长	和	疼痛	他们的	健康	,

保障青少年健康的法律——男孩应该足够明智和勇敢，远离那些阻碍身体发育和损害健康的事情。

[bʌt; bət][sʌm; səm] [wɪl] [nɑːt][duː][ˌaɪ 'tiː] .

but	**some**	**will**	**not**	**do**	**it**	**.**
但	一些	将要	不是	做	它	.

但有些人不会这么做。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [sʌm; səm] ['kʌntriz] [ɑːr; ər] ['traɪɪŋ] [tuː; tə] [seɪv] [ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv][ðer; ðər] [bɔɪz]

For	**this**	**reason**	**some**	**countries**	**are**	**trying**	**to**	**save**	**the**	**health**	**of**	**their**	**boys**
为了	这	原因	一些	国家	是	尝试	到	节省	这	健康	的	他们的	男孩们

[baɪ] ['meɪkɪŋ] [lɔːz] [ə'genst] [ðə; ði][juːz][ʌv; əv][tə'bækoʊ] .

by	**making**	**laws**	**against**	**the**	**use**	**of**	**tobacco**	**.**
经过	制作	法律	反对	这	使用	的	烟草	.

因此，一些国家正在通过立法禁止使用烟草来保护男孩的健康。

[ðə; ði] ['dʒɜːmənz] [ə; eɪ] [fjuː] ['jɪrz] [ə'goʊ] [pæst] [ə; eɪ] [lɔː] [ɪn][ðer; ðər][lænd] [fər'bɪdɪŋ] [ɔːl] [bɔɪz] [ænd; ənd]

The	**Germans**	**a**	**few**	**years**	**ago**	**passed**	**a**	**law**	**in**	**their**	**land**	**forbidding**	**all**	**boys**	**and**
这	德国人	一个	很少	年	前	通过了	一个	法律	在	他们的	土地	禁止	全部	男孩们	和

['gɜ˞ːlz] ['ʌndər] [ˌsɪks'tiːn] ['jɪrz] [ʌv; əv][eɪdʒ][tuː; tə][juːz][tə'bækoʊ][ɪn] ['eni] [fɔːrm] .

girls	**under**	**sixteen**	**years**	**of**	**age**	**to**	**use**	**tobacco**	**in**	**any**	**form**	**.**
女孩们	在下面	十六	年	的	年龄	到	使用	烟草	在	任何	形式	.

几年前，德国通过了一项法律，禁止所有 16 岁以下的男孩和女孩以任何形式使用烟草。

['siːɪŋ] [ðə; ði] [gʊd] [rɪ'zʌlts] [ʌv; əv] [ðɪs] [lɔː] [ɪn] ['dʒɜːrməni][ænd; ənd][ðə; ði][hɑːrm] [ðæt] [tə'bækoʊ][wʌz; wəz]

Seeing	**the**	**good**	**results**	**of**	**this**	**law**	**in**	**Germany**	**and**	**the**	**harm**	**that**	**tobacco**	**was**
看到	这	好的	结果	的	这	法律	在	德国	和	这	伤害	那	烟草	曾是

['duːɪŋ] [ðə; ði] [bɔɪz] [ɪn][ðə; ði][ju'naɪtɪd] [steɪts] ,

doing	**the**	**boys**	**in**	**the**	**United**	**States**	**,**
正在做	这	男孩们	在	这	团结的	各州	,

看到这项法律在德国取得的良好效果，以及烟草对美国男孩造成的危害，

[ðə; ði] ['empərər] [ʌv; əv][dʒə'pæn][ɑːn][ðə; ði] 6th [ʌv; əv] [mɑːrtʃ] , - , [prə'kleɪmd; proʊ'kleɪmd] [ðɪs] [lɔː] :

the	**Emperor**	**of**	**Japan**	**on**	**the**	**6th**	**of**	**March**	**,**	**1900**	**,**	**proclaimed**	**this**	**law**	**:**
这	皇帝	的	日本	在	这	6th	的	行进	,	-	,	宣布	这	法律	:

1900年3月6日，日本天皇颁布了这项法律：

" [ðə; ði] ['smoʊkɪŋ] [ʌv; əv][tə'bækoʊ][baɪ]['maɪnɚz] ['ʌndər] [ðə; ði][eɪdʒ][ʌv; əv] ['twenti] [ɪz] [prə'hɪbɪtɪd] .

"	**The**	**smoking**	**of**	**tobacco**	**by**	**minors**	**under**	**the**	**age**	**of**	**twenty**	**is**	**prohibited**	**.**
"	这	吸烟	的	烟草	经过	未成年人	在下面	这	年龄	的	二十	是	禁止	.

“禁止20岁以下未成年人吸烟。”

" [ɪn]['aʊər; ɑːr] [oʊn] ['kʌntri] ['sevrəl] [steɪts] [hæv; həv] [pæst] [lɔːz] [ə'genst] [ðə; ði][juːz][ʌv; əv]

"	**In**	**our**	**own**	**country**	**several**	**states**	**have**	**passed**	**laws**	**against**	**the**	**use**	**of**
"	在	我们的	自己的	国家	一些	各州	有	通过了	法律	反对	这	使用	的

[sɪgə'rets] [baɪ] [bɔɪz] .

cigarettes	**by**	**boys**	**.**
香烟	经过	男孩们	.

“在我们国家，一些州已经通过法律禁止男孩吸烟。”

[wʌn] ['kʌntri] ['æftər] [ə'nʌðər] [ɪz] ['lɜːrnɪŋ] [ðæt] [ɪf] [ðeɪ] [wɑːnt] [strɔːŋ] [men] , [tuː; tə] [faɪt] , [tuː; tə]

One	**country**	**after**	**another**	**is**	**learning**	**that**	**if**	**they**	**want**	**strong**	**men**	**,**	**to**	**fight**	**,**	**to**
一	国家	后	其他	是	学习	那	如果	他们	想	强的	男人	,	到	斗争	,	到

[wɜːrk] ,

work	**,**
工作	,

一个又一个国家正在认识到，如果他们想要强壮的男人去战斗、去工作，

[ænd; ənd][tuː; tə][wɪn] , [tə'bækoʊ][mʌst; məst][nɑːt][biː; bi] [ə'loʊd] [tuː; tə] ['wiːkən] [ðə; ði] ['bɑːdɪz] [ʌv; əv][ðə; ði]

and	**to**	**win**	**,**	**tobacco**	**must**	**not**	**be**	**allowed**	**to**	**weaken**	**the**	**bodies**	**of**	**the**
和	到	赢	,	烟草	必须	不是	是	允许	到	削弱	这	身体	的	这

[jʌŋ] .

young	**.**
年轻的	.

要想取得胜利，就绝不能允许烟草削弱年轻人的身体。

[haʊ] [ðə; ði] [waɪt] [mæn] [bɪ'kʌmz] [ə; eɪ] [sleɪv] . — [bɪ'fɔːr] [ðə; ði]['sɪv(ə)l][wɔːr][ðə; ði] [blæk] [men][ʌv; əv]

How	**the**	**White**	**Man**	**becomes**	**a**	**Slave**	**.**	**—**	**Before**	**the**	**Civil**	**War**	**the**	**black**	**men**	**of**
如何	这	白色的	男人	变成	一个	奴隶	.	—	前	这	民用	战争	这	黑色的	男人	的

[ðə; ði] [saʊθ] [wɜːr; wər] [sleɪvz] .

the	**South**	**were**	**slaves**	**.**
这	南	是	奴隶	.

白人如何沦为奴隶——内战前，南方黑人都是奴隶。

[ðeɪ] [kʊd; kəd][nɑːt][duː][æz; əz] [ðeɪ] [pliːzd] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [bɪ'lɔːŋd] [tuː; tə][ðer; ðər]['mæstərz]

They	**could**	**not**	**do**	**as**	**they**	**pleased**	**because**	**they**	**belonged**	**to**	**their**	**masters**
他们	可以	不是	做	作为	他们	高兴	因为	他们	属于	到	他们的	大师

[huːm] [ðeɪ] [mʌst; məst] [ə'beɪ] [ɔːr] [els] [ðeɪ] [wʊd] ['sʌfər] ['pʌnɪʃmənt] .

whom	**they**	**must**	**obey**	**or**	**else**	**they**	**would**	**suffer**	**punishment**	**.**
谁	他们	必须	服从	或者	别的	他们	会	遭受	惩罚	.

他们不能随心所欲，因为他们属于自己的主人，必须服从主人，否则就会受到惩罚。

[noʊ] [bɔɪ] [kæn; kən] [bɪ'gɪn] [ðə; ði][juːz][ʌv; əv][tə'bækoʊ] [wɪ'ðaʊt] [ðə; ði]['deɪndʒər][ʌv; əv] [bɪ'kʌmɪŋ] [ə; eɪ]

No	**boy**	**can**	**begin**	**the**	**use**	**of**	**tobacco**	**without**	**the**	**danger**	**of**	**becoming**	**a**
不	男生	能	开始	这	使用	的	烟草	没有	这	危险	的	成为	一个

[sleɪv] [tuː; tə][ˌaɪ 'tiː] .

slave	**to**	**it**	**.**
奴隶	到	它	.

任何男孩一旦开始吸烟，都有可能成为烟草的奴隶。

[ðə; ði][juːz][ʌv; əv][tə'bækoʊ] ['iːðər] [baɪ] ['tʃuːɪŋ] [ɔːr] ['smoʊkɪŋ]

The	**use**	**of**	**tobacco**	**either**	**by**	**chewing**	**or**	**smoking**
这	使用	的	烟草	任何一个	经过	咀嚼	或者	吸烟

无论是咀嚼还是吸烟，使用烟草都属于吸食烟草的行为。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**82**	**]**
[	页	-	]

[第 82 页]

['grædʒuəli] ['kɔːzɪz] [ɪn] ['eni] [wʌn][ðə; ði] [groʊθ] [ʌv; əv][æn; ən] ['æpɪtaɪt] [wɪtʃ] [meɪks] [hɪm; ɪm] [fiːl]

gradually	**causes**	**in**	**any**	**one**	**the**	**growth**	**of**	**an**	**appetite**	**which**	**makes**	**him**	**feel**
逐步地	原因	在	任何	一	这	生长	的	一个	食欲	哪个	制作	他	感觉

['mɪzrəb(ə)l] [ænd; ənd] [ʌn'hæpi] [ən'les] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [kept] ['sætɪsfaɪd] .

miserable	**and**	**unhappy**	**unless**	**it**	**is**	**kept**	**satisfied**	**.**
悲惨的	和	不开心	除非	它	是	保留	使满意	.

逐渐地，会使任何人产生一种食欲，这种食欲若得不到满足，就会使人感到痛苦和不快乐。

[ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi]['sætɪsfaɪd]['oʊnli][baɪ][ðə; ði][juːz][ʌv; əv] [mɔːr] [ænd; ənd] [mɔːr] [tə'bækoʊ] .

It	**can**	**be**	**satisfied**	**only**	**by**	**the**	**use**	**of**	**more**	**and**	**more**	**tobacco**	**.**
它	能	是	使满意	仅有的	经过	这	使用	的	更多的	和	更多的	烟草	.

只有通过使用越来越多的烟草才能满足这种需求。

['meni] [men] [wʊd] [laɪk] [tuː; tə] [kwɪt] [ðə; ði] [juːz] [ʌv; əv][tə'bækoʊ] [ɪf] [ðeɪ] [kʊd; kəd][duː][soʊ] [wɪ'ðaʊt]

Many	**men**	**would**	**like**	**to**	**quit**	**the**	**use**	**of**	**tobacco**	**if**	**they**	**could**	**do**	**so**	**without**
许多	男人	会	喜欢	到	辞职	这	使用	的	烟草	如果	他们	可以	做	所以	没有

['sʌfərɪŋ] .

suffering	**.**
痛苦	.

许多男性如果能够不遭受痛苦地戒烟，都愿意这样做。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] [sleɪvz] , [ænd; ənd][tə'bækoʊ][ɪz][ðer; ðər]['mæstər] .

They	**are**	**slaves**	**,**	**and**	**tobacco**	**is**	**their**	**master**	**.**
他们	是	奴隶	,	和	烟草	是	他们的	掌握	.

它们是奴隶，烟草是它们的主人。

[sɪgə'rets] [ænd; ənd] [helθ] . — [ə; eɪ] ['sɪgəret] [ɪz][ə; eɪ] [tu:b] [ʌv; əv]['peɪpər] [fɪld] [wɪð; wɪθ][tə'bækoʊ] .

Cigarettes	**and**	**Health**	**.**	**—**	**A**	**cigarette**	**is**	**a**	**tube**	**of**	**paper**	**filled**	**with**	**tobacco**	**.**
香烟	和	健康	.	—	一个	卷烟	是	一个	管子	的	纸	已填	和	烟草	.

香烟与健康——香烟是一根装满烟草的纸管。

[ðə; ði][tə'bækoʊ][ɪz]['ju:ʒuəli; 'ju:ʒəli][nɑ:t][soʊ] [strɔ:ŋ] [æz; əz] [ðæt] [ju:st] [ɪn][sɪ'gɑ:rz][ænd; ənd] [paɪps] .

The	**tobacco**	**is**	**usually**	**not**	**so**	**strong**	**as**	**that**	**used**	**in**	**cigars**	**and**	**pipes**	**.**
这	烟草	是	通常	不是	所以	强的	作为	那	用过的	在	雪茄	和	管道	.

这种烟草通常不如雪茄和烟斗里用的烟草那么浓烈。

[fɔ:r; fər] [ðɪs] ['ri:z(ə)n] , [bɔɪz] [laɪk] [ˌaɪ 'ti:] ['betər] ,

For	**this**	**reason**	**,**	**boys**	**like**	**it**	**better**	**,**
为了	这	原因	,	男孩们	喜欢	它	更好的	,

因此，男生更喜欢它。

[ænd; ənd][bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ˌaɪ 'ti:][ɪz][soʊ][maɪld] [ðeɪ] [drɔ:] [ðə; ði] [smoʊk] [daʊn] ['ɪntu:][ðə; ði] [lʌŋz] .

and	**because**	**it**	**is**	**so**	**mild**	**they**	**draw**	**the**	**smoke**	**down**	**into**	**the**	**lungs**	**.**
和	因为	它	是	所以	温和的	他们	画	这	抽烟	向下	进入	这	肺	.

因为烟雾很淡，所以他们会把烟雾吸入肺部。

[ðɪs] ['gɪvz] [ðə; ði] ['pɔɪzn] [ə; eɪ] ['betər] [tʃæns] [tu:; tə][bi:; bi]['teɪkən] [ʌp] [baɪ][ðə; ði] [blʌd] .

This	**gives**	**the**	**poison**	**a**	**better**	**chance**	**to**	**be**	**taken**	**up**	**by**	**the**	**blood**	**.**
这	给予	这	毒	一个	更好的	机会	到	是	已采取	向上	经过	这	血	.

这样一来，毒素更容易被血液吸收。

[ɑ:n] [ðɪs] [ə'kaʊnt] ,

On	**this**	**account**	**,**
在	这	帐户	,

基于此，

[ænd; ənd][bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][wʌn][ɪz] ['laɪkli] [tu:; tə] [smoʊk] ['ɒf(tə)n] [wen] [hi:; hi] ['smoʊks] [ə; eɪ] [smɔ:l] [pi:s]

and	**because**	**one**	**is**	**likely**	**to**	**smoke**	**oftener**	**when**	**he**	**smokes**	**a**	**small**	**piece**
和	因为	一	是	可能	到	抽烟	更频繁	什么时候	他	烟雾	一个	小的	片

[ʌv; əv][tə'bækoʊ] ,

of	**tobacco**	**,**
的	烟草	,

而且，因为一个人如果只抽一小块烟草，就更有可能更频繁地抽烟。

[sɪgə'rets] [ɑ:r; ər] [θɔ:t] [baɪ][sʌm; səm][tu:; tə][bi:; bi] [mɔ:r] ['hɑ:rmf(ə)l][ðæn; ðən][ðə; ði][ju:z][ʌv; əv]

cigarettes	**are**	**thought**	**by**	**some**	**to**	**be**	**more**	**harmful**	**than**	**the**	**use**	**of**
香烟	是	想法	经过	一些	到	是	更多的	有害	比	这	使用	的

[tə'bækoʊ][ɪn] [paɪps] [ænd; ənd][sɪ'gɑ:rz] .

tobacco	**in**	**pipes**	**and**	**cigars**	**.**
烟草	在	管道	和	雪茄	.

有些人认为，吸烟比使用烟斗和雪茄中的烟草危害更大。

[ti:] [ænd; ənd] ['kɔ:fi] . — [ti:] [ɪz] [meɪd] [frʌm; frəm][ðə; ði] [draɪd] [li:vz] [ʌv; əv][ðə; ði] [ti:] [plænt] .

Tea	**and**	**Coffee**	**.**	**—**	**Tea**	**is**	**made**	**from**	**the**	**dried**	**leaves**	**of**	**the**	**tea**	**plant**	**.**
茶	和	咖啡	.	—	茶	是	制成	从	这	干燥	树叶	的	这	茶	植物	.

茶和咖啡——茶是由茶树的干燥叶子制成的。

[ti:] [plænts][ɑ:r; ər] [reɪzd] [ɪn] [nɔ:rθ] [ˌkærə'lainə] , ['tʃaɪnə] , [ænd; ənd][dʒə'pæn] .

Tea	**plants**	**are**	**raised**	**in**	**North**	**Carolina**	**,**	**China**	**,**	**and**	**Japan**	**.**
茶	植物	是	提高	在	北	卡罗莱纳	,	中国	,	和	日本	.

茶树产于北卡罗来纳州、中国和日本。

[ðə; ði] [drɪŋk] [kɔ:ld] [ti:] [ju:st] [æt; ət][ðə; ði] ['teɪbl] [ɪz] [meɪd] [baɪ] ['pɔ:rɪŋ] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔ:tər][ɑ:n][ðə; ði] [ti:]

The	**drink**	**called**	**tea**	**used**	**at**	**the**	**table**	**is**	**made**	**by**	**pouring**	**boiling**	**water**	**on**	**the**	**tea**
这	喝	称为	茶	用过的	在	这	桌子	是	制成	经过	浇注	沸腾	水	在	这	茶

[li:vz] .

leaves	**.**
树叶	.

餐桌上喝的茶，是用沸水冲泡茶叶制成的。

[ðə; ði] [liːvz] [ʃʊd; ʃəd] [nɑːt] [biː; bi] [bɔɪld] [æz; əz] [ðɪs] [drɔːz] [aʊt] [ə; eɪ] ['sʌbstəns] [wɪtʃ] [kiːps] [ðə; ði]

The	leaves	should	not	be	boiled	as	this	draws	out	a	substance	which	keeps	the
这	树叶	应该	不是	是	煮沸	作为	这	平局	出去	一个	物质	哪个	保持	这

['stʌmək] [frʌm; frəm] ['duːɪŋ] [ɪts] [wɜːrk] [ɪn] [ðə; ði] [raɪt] [weɪ] .

stomach	from	doing	its	work	in	the	right	way	.
胃	从	正在做	它是	工作	在	这	正确的	方式	.

叶子不宜煮沸，因为煮沸会析出一种物质，妨碍胃正常运作。

['kɔːfi] [ɪz] [ðə; ði] [siːd] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [plænt] ['groʊɪŋ] [ɪn] [saʊθ] [ə'merɪkə] [ænd; ənd] ['eɪʒə; 'eɪʃə] .

Coffee	is	the	seed	of	a	plant	growing	in	South	America	and	Asia	.
咖啡	是	这	种子	的	一个	植物	生长	在	南	美国	和	亚洲	.

咖啡是生长在南美洲和亚洲的一种植物的种子。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['roʊstɪd] , [ðen] [graʊnd] , [ænd; ənd] [bɔɪld] [ɪn] ['wɔːtər] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [drɪŋk] [kɔːld] ['kɔːfi] .

It	is	roasted	,	then	ground	,	and	boiled	in	water	to	make	the	drink	called	coffee	.
它	是	烤	,	然后	地面	,	和	煮沸	在	水	到	制作	这	喝	称为	咖啡	.

咖啡豆经过烘焙、研磨，再用水煮沸，就成了我们今天所说的咖啡。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- / - — [bræntʃ] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [tiː] [plænt] . — [bræntʃ] [ʌv; əv] [ə; eɪ] ['kɔːfi] [plænt] [wɪð; wɪθ] ['bʌntʃɪz] [ʌv; əv]

43	/	44	—	Branch	of	a	tea	plant	.	—	Branch	of	a	coffee	plant	with	bunches	of
-	/	-	—	分支	的	一个	茶	植物	.	—	分支	的	一个	咖啡	植物	和	成捆	的

['kɔːfi] ['beriz] [nɪr] [ðə; ði] ['bɑːtəm] .

coffee	berries	near	the	bottom	.
咖啡	浆果	靠近	这	底部	.

43/44 —茶树的枝条。—咖啡树的枝条，底部附近有成串的咖啡浆果。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	83	]
[	页	-	]

[第 83 页]

['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd] [nɑːt] [juːz] ['iːðər] [tiː] [ɔːr] ['kɔːfi] [æz; əz] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['laɪkli] [tuː; tə] [hɜːrt] [ðə; ði] ['stʌmək]

Children	should	not	use	either	tea	or	coffee	as	they	are	likely	to	hurt	the	stomach
孩子们	应该	不是	使用	任何一个	茶	或者	咖啡	作为	他们	是	可能	到	伤害	这	胃

[ænd; ənd] [meɪ] ['ɪndʒər] [ðə; ði] [hɑːrt] .

and	may	injure	the	heart	.
和	可能	损伤	这	心	.

儿童不应饮用茶或咖啡，因为它们可能会伤胃，并可能损害心脏。

[wʌn] [ɔːr] [tuː] [kʌps] [ʌv; əv] [tiː] [ɔːr] ['kɔːfi] ['deɪli] [siːm] [tuː; tə] [hæv; həv] ['lɪt(ə)l] [ɔːr] [noʊ] [bæd] [ɪ'fekt] [ɑːn]

One	or	two	cups	of	tea	or	coffee	daily	seem	to	have	little	or	no	bad	effect	on
一	或者	二	杯子	的	茶	或者	咖啡	日常的	似乎	到	有	小的	或者	不	坏的	影响	在

[ðə; ði] [helθ] [ʌv; əv] [moʊst] [groʊn] ['pɜːsənz] .

the	health	of	most	grown	persons	.
这	健康	的	最多	生长	人	.

每天喝一两杯茶或咖啡似乎对大多数成年人的健康几乎没有不良影响。

['kɔːfi] ['teɪkən] [æt; ət] ['sʌpər] [meɪ] [kiːp] [wʌn] [ə'weɪk] [baɪ] ['sendɪŋ] [tuː] [mʌtʃ] [blʌd] [tuː; tə] [ðə; ði] [breɪn]

Coffee	taken	at	supper	may	keep	one	awake	by	sending	too	much	blood	to	the	brain
咖啡	已采取	在	晚餐	可能	保持	一	醒	经过	发送	也	很多	血	到	这	脑

.

:
.

晚餐时喝咖啡可能会使人保持清醒，因为咖啡会使大脑供血过多。

['oʊpiəm][ænd; ənd] ['mɔːrfiːn] . — ['oʊpiəm][ɪz][ə; eɪ]['deɪndʒərəs] [drʌg] [wɪtʃ] [ɪz][gɑːt][frʌm; frəm][ðə; ði]

Opium	and	Morphine	.	—	Opium	is	a	dangerous	drug	which	is	got	from	the
鸦片	和	吗啡	.	—	鸦片	是	一个	危险的	药品	哪个	是	得到	从	这

['hedz] [ʌv; əv][ðə; ði] [waɪt] ['pɑːpi] [plænt] [groʊn] ['moʊstli][ɪn][ðə; ði][fɑːr] [iːst] .

heads	of	the	white	poppy	plant	grown	mostly	in	the	far	East	.
头部	的	这	白色的	罂粟	植物	生长	大多	在	这	远的	东方	.

鸦片和吗啡——鸦片是一种危险的毒品，是从主要生长在远东地区的白罂粟植物的头部提取的。

[frʌm; frəm] [gæʃiz] [kʌt] [ɪn][ðə; ði] ['pɑːpi] ['hedz] [ə; eɪ][dʒuːs] [rʌnz] [aʊt] [ænd; ənd] ['hɑːrdn] ['ɪntuː][ə; eɪ] [gʌm]

From	gashes	cut	in	the	poppy	heads	a	juice	runs	out	and	hardens	into	a	gum
从	伤口	切	在	这	罂粟	头部	一个	汁	跑步	出去	和	硬化	进入	一个	胶

[frʌm; frəm] [wɪtʃ] [ðə; ði] [pjʊr] [drʌg] [ɪz] [meɪd] .

from	which	the	pure	drug	is	made	.
从	哪个	这	纯的	药品	是	制成	.

从罂粟花头上的切口中流出汁液，汁液硬化成胶状物，从中可以制成纯罂粟药材。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	84	]
[	页	-	]

[sʌm; səm] ['pɝːsənz] [smoʊk] ['oʊpiəm][fɔːr; fər][ðə; ði] ['draʊzi] [ænd; ənd] ['plez(ə)nt] ['fiːlɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] ['gɪvz] .

Some	persons	smoke	opium	for	the	drowsy	and	pleasant	feeling	it	gives	.
一些	人	抽烟	鸦片	为了	这	昏昏欲睡	和	令人愉快的	感觉	它	给予	.

有些人吸食鸦片是为了获得它带来的困倦和愉悦感。

[ɪts] [juːz][ɪz] ['veri] ['hɜːrtfl] [ænd; ənd]['ruːɪnz][bəuθ]['bɑːdi][ænd; ənd][maɪnd] .

Its	use	is	very	hurtful	and	ruins	both	body	and	mind	.
它是	使用	是	非常	伤人的	和	废墟	两个都	身体	和	头脑	.

使用它会造成极大的伤害，损害身心健康。

['mɔːrfiːn] [ɪz][ə; eɪ] [pjʊr] [fɔːrm][ʌv; əv]['oʊpiəm] .

Morphine	is	a	pure	form	of	opium	.
吗啡	是	一个	纯的	形式	的	鸦片	.

吗啡是纯鸦片。

['pɝːsənz] [teɪk] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [kɪl] [peɪn][ænd; ənd] [meɪk] [ðem; ðəm] [sliːp] .

Persons	take	it	to	kill	pain	and	make	them	sleep	.
人	拿	它	到	杀	疼痛	和	制作	他们	睡觉	.

人们服用它是为了止痛和助眠。

[juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [teɪk] [ˌaɪ 'tiː] [ɪk'sept] [wen] ['gɪv(ə)n][baɪ][ðə; ði]['dɑːktər] ,

You	should	never	take	it	except	when	given	by	the	doctor	,
你	应该	绝不	拿	它	除了	什么时候	给定	经过	这	医生	,

除非医生开具处方，否则绝对不能服用。

[æz; əz][ə; eɪ]['hæbɪt][ɪz] ['kwɪkli] [fɔːrmd] [wɪtʃ] [wɪl] [meɪk] [juː; jʊ] ['mɪzrəb(ə)l] [θruː] [laɪf] .

as	a	habit	is	quickly	formed	which	will	make	you	miserable	through	life	.
作为	一个	习惯	是	迅速地	形成	哪个	将要	制作	你	悲惨的	通过	生活	.

这种习惯很容易养成，会让你一生痛苦不堪。

['pæt(ə)nt] ['medsnz] . — [ðiːz] [ɑːr; ər] ['medsnz] ['ædvərtaɪzd] [tuː; tə] [kjʊr] ['eɪlmənts] [wɪtʃ] ['dʒen(ə)rəli]

Patent	Medicines	.	—	These	are	medicines	advertised	to	cure	ailments	which	generally
专利	药物	.	—	这些	是	药物	广告	到	治愈	疾病	哪个	一般来说

['kænɑːt] [biː; bi] [kjʊr] [baɪ] [drʌgz] .

cannot	be	cured	by	drugs	.
不能	是	治愈	经过	药物	.

专利药品——这些药品广告宣传可以治愈通常药物无法治愈的疾病。

[ðeɪ] [ɑːr; ər][ðə; ði] ['medsnz] [mʌtʃ] ['ædvərtaɪzd] [ɪn][ðə; ði] ['njuːzˌpeɪpəz] [ænd; ənd] ['mægəzinz] .

They	are	the	medicines	much	advertised	in	the	newspapers	and	magazines	.
他们	是	这	药物	很多	广告	在	这	报纸	和	杂志	.

这些药品经常在报纸和杂志上做广告。

['nevər] [ju:z][ðem; ðəm] [ən'les] [jʊr; jər]['dɑ:ktər] [telz] [ju:; jʊ][tu:; tə][du:][soʊ] .

Never	**use**	**them**	**unless**	**your**	**doctor**	**tells**	**you**	**to**	**do**	**so**	**.**
绝不	使用	他们	除非	你的	医生	讲述	你	到	做	所以	.

除非医生指示，否则千万不要使用它们。

['meni] [ʌv; əv][ðem; ðəm] [kən'teɪn] ['hɑ:rmf(ə)l] [drʌgz] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['mɔ:rfi:n] [ænd; ənd]['ælkəhɔ:l] .

Many	**of**	**them**	**contain**	**harmful**	**drugs**	**,**	**such**	**as**	**morphine**	**and**	**alcohol**	**.**
许多	的	他们	包含	有害	药物	,	这样的	作为	吗啡	和	酒精	.

其中许多含有有害药物，例如吗啡和酒精。

[wen] [ju:; jʊ][ɑ:r; ər] [sɪk] , [goʊ][tu:; tə][jʊr; jər]['dɑ:ktər][fɔ:r; fər] [əd'vaɪs] .

When	**you**	**are**	**sick**	**,**	**go**	**to**	**your**	**doctor**	**for**	**advice**	**.**
什么时候	你	是	生病的	,	去	到	你的	医生	为了	建议	.

生病时，请去看医生。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	**QUESTIONS1**	**.**
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[ɪk'spleɪn] [haʊ] [tə'bækoʊ][ɪz] [reɪzd] . [ˌtu:'tu:] .

Explain	**how**	**tobacco**	**is**	**raised**	**.**	**2**	**.**
解释	如何	烟草	是	提高	.	2	.

1. 解释烟草的种植方法。2.

[haʊ] [ɪz][tə'bækoʊ] [ju:st] ? [θri:] .

How	**is**	**tobacco**	**used**	**?**	**3**	**.**
如何	是	烟草	用过的	?	3	.

烟草是如何使用的？3.

[haʊ] [dʌz] [tə'bækoʊ] [ə'fekt] [ə; eɪ] [bɔɪ] ['ju:zɪŋ] [ˌaɪ 'ti:][fɔ:r; fər][ðə; ðɪ][fɜ:rst] [taɪm] ? [fɔ:r] .

How	**does**	**tobacco**	**affect**	**a**	**boy**	**using**	**it**	**for**	**the**	**first**	**time**	**?**	**4**	**.**
如何	做	烟草	影响	一个	男生	使用	它	为了	这	第一的	时间	?	4	.

烟草对初次吸烟的男孩有什么影响？4.

[wʌt] [ɪz][ðə; ðɪ] [neɪm] [ʌv; əv][ðə; ðɪ] ['pɔɪzn] [ɪn][tə'bækoʊ] ? [faɪv] .

What	**is**	**the**	**name**	**of**	**the**	**poison**	**in**	**tobacco**	**?**	**5**	**.**
什么	是	这	姓名	的	这	毒	在	烟草	?	5	.

烟草中的毒素叫什么名字？5.

[tel] [haʊ] [tə'bækoʊ] [ki:ps] [bɔɪz] [frʌm; frəm] ['groʊɪŋ] . [sɪks] .

Tell	**how**	**tobacco**	**keeps**	**boys**	**from**	**growing**	**.**	**6**	**.**
告诉	如何	烟草	保持	男孩们	从	生长	.	6	.

6. 说明烟草是如何阻碍男孩生长的。

[wʌt] ['kʌntriz] [du:][nɑ:t] [ə'laʊ] [bɔɪz] [tu:; tə][ju:z][tə'bækoʊ] ? ['sɛvən] .

What	**countries**	**do**	**not**	**allow**	**boys**	**to**	**use**	**tobacco**	**?**	**7**	**.**
什么	国家	做	不是	允许	男孩们	到	使用	烟草	?	7	.

哪些国家不允许男孩吸烟？7.

[wʌt] [ɪz] [ment] [baɪ] ['bi:ɪŋ] [ə; eɪ] [sleɪv] [tu:; tə][tə'bækoʊ] ? [eɪt] .

What	**is**	**meant**	**by**	**being**	**a**	**slave**	**to**	**tobacco**	**?**	**8**	**.**
什么	是	意思是	经过	存在	一个	奴隶	到	烟草	?	8	.

8. 所谓"成为烟草奴隶"是什么意思？

[wʌt] [ɪz] [ti:] ? [naɪn] .

What	**is**	**tea**	**?**	**9**	**.**
什么	是	茶	?	9	.

什么是茶？9.

[wʌt] [ɪz] ['kɔ:fi] ? - .

What	**is**	**coffee**	**?**	**10**	**.**
什么	是	咖啡	?	-	.

什么是咖啡？10.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ] [nɑːt] [juːz] ['oʊpiəm] [ɔːr] ['mɔːrfiːn] ?

Why	should	you	not	use	opium	or	morphine	?
为什么	应该	你	不是	使用	鸦片	或者	吗啡	?

为什么不应该使用鸦片或吗啡?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	85	]
[	页	-	]

[第 85 页]

['tʃæptər] [ˌɛksˌaɪ'aɪ]

CHAPTER	XII
章	十二

第十二章

[ðə; ði] [skɪn] [ænd; ənd] ['beɪðɪŋ]

THE	SKIN	AND	BATHING
这	皮肤	和	洗澡

皮肤与沐浴

[pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] [skɪn] . — [ðə; ði] [skɪn] [ɪz] [ə'baʊt] [æz; əz] [θɪk] [æz; əz] [ðə; ði] ['leðər] [ʌv; əv] [jʊr; jər] [ʃuː]

Parts	of	the	Skin	.	—	The	skin	is	about	as	thick	as	the	leather	of	your	shoe
部分	的	这	皮肤	.	—	这	皮肤	是	关于	作为	厚的	作为	这	皮革	的	你的	鞋

.

:

.

皮肤的组成部分——皮肤的厚度与你鞋子的皮革差不多。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['fɑːsənd] [tuː; tə] [ðə; ði] ['mʌslz] [bɪ'niːθ] [wɪð; wɪθ] [faɪn] [waɪt] [θredz] [laɪk] ['spaɪdər] [webz] .

It	is	fastened	to	the	muscles	beneath	with	fine	white	threads	like	spider	webs	.
它	是	系紧	到	这	肌肉	下面	和	美好的	白色的	线程	喜欢	蜘蛛	网络	.

它通过细小的白色丝线（像蜘蛛网一样）附着在下面的肌肉上。

[ðɪs] [ɪz] [kɔːld] [kə'nektɪv] ['tɪʃuː] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ˌaɪ 'tiː] [kə'nekts] [ðə; ði] [skɪn] [tuː; tə] [ðə; ði] [liːn] [miːt] .

This	is	called	connective	tissue	because	it	connects	the	skin	to	the	lean	meat	.
这	是	称为	连接词	组织	因为	它	连接	这	皮肤	到	这	倾斜	肉	.

这被称为结缔组织，因为它将皮肤与瘦肉连接起来。

[ðə; ði] [skɪn] [ɪz] [meɪd] [ʌv; əv] [tuː] ['leər] ([fɪg] . -) .

The	skin	is	made	of	two	layers	(	Fig	.	45	)	.
这	皮肤	是	制成	的	二	层	(	如图	.	-	)	.

皮肤由两层组成（图 45）。

[ðə; ði] ['ʌpər] ['leɪər] [ɪz] [fɔːrmd] [ʌv; əv] ['sɛlz] .

The	upper	layer	is	formed	of	cells	.
这	上	层	是	形成	的	细胞	.

上层由细胞构成。

[ðɪs] [ɪz] [neɪmd] [ˌepɪ'dɜːrmɪs] [ɔːr] ['skɑːrfˌskɪn] .

This	is	named	epidermis	or	scarfskin	.
这	是	命名	表皮	或者	表皮	.

这被称为表皮或皮下组织。

[ðə; ði] [diːpər] ['leɪər] [ɪz] [meɪd] ['lɑːrdʒli] [ʌv; əv] [faɪn] [θredz] ['woʊv(ə)n] [tə'geðər] .

The	deeper	layer	is	made	largely	of	fine	threads	woven	together	.
这	更深	层	是	制成	很大程度上	的	美好的	线程	编织	一起	.

更深层主要由细线交织而成。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ðə; ði] [truː] [skɪn] [ɔːr] ['dɜːrmə] .

It	is	the	true	skin	or	derma	.
它	是	这	真的	皮肤	或者	真皮	.

这是真正的皮肤或真皮层。

[ðer; ðər][ɪz][noʊ] [blʌd] [ɪn][ðə; ði]['skɑːrfˌskɪn] ,

There	is	no	blood	in	the	scarfskin	,
那里	是	不	血	在	这	表皮	,

围巾皮上没有血迹。

[bʌt; bət][ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ] ['netwɜːrk] [ʌv; əv] [blʌd] [tjʊb] [ɪn][ðə; ði] [truː] [skɪn] .

but	there	is	a	network	of	blood	tubes	in	the	true	skin	.
但	那里	是	一个	网络	的	血	管子	在	这	真的	皮肤	.

但真皮层下却有错综复杂的血管网络。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði] ['kraʊdɪŋ] [ʌv; əv] [ðiːz] [wɪð; wɪθ] [blʌd] [ðæt] [meɪks] [ðə; ði] [skɪn] [lʊk] [soʊ] [red] [wen]

It	is	the	crowding	of	these	with	blood	that	makes	the	skin	look	so	red	when
它	是	这	拥挤	的	这些	和	血	那	制作	这	皮肤	看	所以	红色的	什么时候

[wiː; wi] [get] [hɑːt][ɔːr] [ɪk'saɪtɪd] .

we	get	hot	or	excited	.
我们	得到	热的	或者	兴奋的	.

正是由于这些血管充血，当我们感到热或兴奋时，皮肤才会显得通红。

[ðə; ði] [juːz] [ʌv; əv][ðə; ði] [skɪn] . — [ðə; ði] [skɪn] [hæz; həz] [θriː] [tʃiːf] ['juːzɪz] .

The	Use	of	the	Skin	.	—	The	skin	has	three	chief	uses	.
这	使用	的	这	皮肤	.	—	这	皮肤	有	三	首席	用途	.

皮肤的用途——皮肤主要有三种用途。

[ˌaɪ 'tiː] [prə'tekts] [ðə; ði]['sɑːftɚ, 'sɔftɚ][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][frʌm; frəm] ['biːɪŋ] [hɜːrt][baɪ] [rʌf] [ɔːr][hɑːrd]

It	protects	the	softer	parts	of	the	body	from	being	hurt	by	rough	or	hard
它	保护	这	更柔和	部分	的	这	身体	从	存在	伤害	经过	粗糙的	或者	难的

[θɪŋz] [wɪtʃ] [maɪt] [tʌtʃ] [ˌaɪ 'tiː] .

things	which	might	touch	it	.
事物	哪个	可能	触碰	它	.

它可以保护身体较柔软的部位免受粗糙或坚硬物体的伤害。

[ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] [ðə; ði] ['ɔrgənz] [ʌv; əv] ['fiːlɪŋ] .

It	contains	the	organs	of	feeling	.
它	包含	这	器官	的	感觉	.

它包含感觉器官。

[ˌaɪ 'tiː] ['hɛlps] [kiːp] [ðə; ði] [raɪt] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] [hiːt] [ɪn][ðə; ði]['bɑːdi] .

It	helps	keep	the	right	amount	of	heat	in	the	body	.
它	帮助	保持	这	正确的	数量	的	热	在	这	身体	.

它有助于保持体内适宜的体温。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [θɪn] [slaɪs] [θruː] [ðə; ði] [skɪn] , ['ʃoʊɪŋ] [swet] [glændz] , [ə; eɪ] [nɜːrv] , [ænd; ənd] [blʌd] -

45	—	A	thin	slice	through	the	skin	,	showing	sweat	glands	,	a	nerve	,	and	blood	-
-	—	一个	薄的	片	通过	这	皮肤	,	显示	汗	腺体	,	一个	神经	,	和	血	-

[tjʊb] .

tubes	.
管子	.

45 —皮肤的薄片，显示汗腺、神经和血管。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːrdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[ðə; ði][tɑːp][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [skɪn] [ɪz][draɪ][ænd; ənd] [ded] .

The	top	part	of	the	skin	is	dry	and	dead	.
这	顶部	部分	的	这	皮肤	是	干燥	和	死的	.

皮肤表层干燥且有死皮。

[ðɪs] ['gɪvz] ['betər] [prə'tekʃn] [ðæn; ðən] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː][wɜːr; wər] [mɔɪst] [ænd; ənd] ['tendər] .

This	gives	better	protection	than	if	it	were	moist	and	tender	.
这	给予	更好的	保护	比	如果	它	是	潮湿	和	投标	.

这样比潮湿嫩嫩的状态更能起到保护作用。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[Pg 86]

[页 -]

[第 86 页]

['pɑːrtɪk(ə)lz][ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː][ɑːr; ər] ['werɪŋ] [aʊt][ænd; ənd] ['drɑːpɪŋ] [ɔːf] [waɪl] ['ʌðər] ['bɪts][ɑːr; ər] ['groʊɪŋ]

Particles	of	it	are	wearing	out	and	dropping	off	while	other	bits	are	growing
颗粒	的	它	是	穿着	出去	和	下降	离开	尽管	其他	比特	是	生长

[bɪ'niːθ] [tuː; tə] [teɪk] [ðə; ðɪ] [pleɪs] [ʌv; əv][ðə; ðɪ][wɔːrn] - [aʊt][pɑːrts] .

beneath	to	take	the	place	of	the	worn	-	out	parts	.
下面	到	拿	这	地方	的	这	磨损	-	出去	部分	.

它的颗粒会磨损脱落，而其他部分则会在下面生长，以取代磨损的部分。

[ðə; ðɪ] [mɔːr] [ðɪs] [tɑːp] [skɪn] [ɪz] [prest] [ɑːn][ænd; ənd] [rʌbd] , [ðə; ðɪ] ['θɪkər] [ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] .

The	more	this	top	skin	is	pressed	on	and	rubbed	,	the	thicker	it	becomes	.
这	更多的	这	顶部	皮肤	是	按下	在	和	摩擦	,	这	较厚	它	变成	.

表皮受到按压和摩擦的次数越多，它就会变得越厚。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [twaɪs] [æz; əz] [θɪk] [ɪn][ðə; ðɪ] [pɑːmz] [ʌv; əv][ðə; ðɪ][hænd][ænd; ənd][ɑːn][ðə; ðɪ]

For	this	reason	it	is	twice	as	thick	in	the	palms	of	the	hand	and	on	the
为了	这	原因	它	是	两次	作为	厚的	在	这	棕榈树	的	这	手	和	在	这

[səʊls] [ʌv; əv][ðə; ðɪ] [fiːt] .

soles	of	the	feet	.
鞋底	的	这	脚	.

因此，手掌和脚底的皮肤厚度是其他部位的两倍。

['skætərd] [θruː] [ðə; ðɪ] [truː] [skɪn] [ɑːr; ər] ['mɪljənz] [ʌv; əv]['taɪni] ['ɔrgənz] ['fɑːsənd] [tuː; tə][ðə; ðɪ]['ɛndz]

Scattered	through	the	true	skin	are	millions	of	tiny	organs	fastened	to	the	ends
疏散	通过	这	真的	皮肤	是	百万	的	微小的	器官	系紧	到	这	结束

[ʌv; əv][ðə; ðɪ] [nɜːrv] [θredz] ['liːdɪŋ; 'ledɪŋ][tuː; tə][ðə; ðɪ]['spaɪn(ə)l][kɔːrd][ænd; ənd] [breɪn] .

of	the	nerve	threads	leading	to	the	spinal	cord	and	brain	.
的	这	神经	线程	领导	到	这	脊	绳索	和	脑	.

在真皮层中散布着数百万个微小的器官，它们附着在通往脊髓和大脑的神经末梢上。

[ðiːz] ['ɔrgənz] [tel] [ˌjuː 'es] [wen] [ðə; ðɪ] [skɪn] [ɪz] [tʌtʃt] [ɔːr] [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][hɑːt][ɔːr][koʊld][ɔːr][ɪz] ['biːɪŋ]

These	organs	tell	us	when	the	skin	is	touched	or	when	it	is	hot	or	cold	or	is	being
这些	器官	告诉	我们	什么时候	这	皮肤	是	感动	或者什么时候		它	是	热的	或者	寒冷的	或者	是	存在

[hɜːrt] .

hurt	.
伤害	.

这些器官告诉我们皮肤何时被触摸、何时感到冷热或受伤。

[ðə; ðɪ] ['pɔrz] [ænd; ənd][ðə; ðɪ] [swet] [glændz] . — [ɑːn][ə; eɪ][wɔːrm] [deɪ] [ðə; ðɪ] [skɪn] [bɪ'kʌmz] [wet]

The	Pores	and	the	Sweat	Glands	.	—	On	a	warm	day	the	skin	becomes	wet
这	毛孔	和	这	汗	腺体	.	—	在	一个	温暖的	天	这	皮肤	变成	湿的

[wɪð; wɪθ][ə; eɪ] ['sɔːlti] ['fluːɪd] [kɔːld] [swet] [ɔːr] [ˌpɜːrspə'reɪʃn] .

with	a	salty	fluid	called	sweat	or	perspiration	.
和	一个	咸	体液	称为	汗	或者	汗	.

毛孔和汗腺——在温暖的日子里，皮肤会被一种叫做汗液或汗水的咸味液体浸湿。

[ðɪs] [floʊz] [frʌm; frəm][ðə; ðɪ]['taɪni] [hoʊlz] [ɔːr] ['pɔrz] [ɪn][ðə; ðɪ] [skɪn] .

This	flows	from	the	tiny	holes	or	pores	in	the	skin	.
这	流量	从	这	微小的	孔	或者	毛孔	在	这	皮肤	.

这是从皮肤上的微小孔隙或毛孔中流出的。

[ə; eɪ] [gʊd] ['mægnɪfaɪɪŋ] [glæs] [wɪl] [ʃoʊ] [ðiːz] ['pɔrz] [ə'reɪndʒd] [ɪn]['roʊz; 'raʊz][ɑːn][ðə; ði] ['rɪdʒɪz] [ɪn]

A	good	magnifying	glass	will	show	these	pores	arranged	in	rows	on	the	ridges	in
一个	好的	放大	玻璃	将要	展示	这些	毛孔	安排	在	行	在	这	山脊	在

[ðə; ði][pɑːm][ʌv; əv][ðə; ði][hænd] .

the	palm	of	the	hand	.
这	棕榈	的	这	手	.

用放大镜可以清楚地看到手掌脊纹上排列成行的毛孔。

[frʌm; frəm] [iːtʃ] [pɔːr] [ə; eɪ] [tuːb] [liːdz] [daʊn] ['ɪntuː][ðə; ði] [truː] [skɪn] [tuː; tə][ə; eɪ] [kɔɪld] [tuːb] ['fɔːmiŋ]

From	each	pore	a	tube	leads	down	into	the	true	skin	to	a	coiled	tube	forming
从	每个	孔隙	一个	管子	线索	向下	进入	这	真的	皮肤	到	一个	卷曲	管子	成型

[ðə; ði] [swet] [glænd] ([fɪg] . -) .

the	sweat	gland	(	Fig	.	45	)	.
这	汗	腺	(	如图	.	-	)	.

每个毛孔都有一根管子向下通向真皮，最终汇聚成形成汗腺的盘绕管（图 45）。

[swet] [glændz][ɑːr; ər]['prez(ə)nt][baɪ][ðə; ði]['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ɪn][ðə; ði][skɪn]

Sweat	glands	are	present	by	the	thousands	in	the	skin
汗	腺体	是	展示	经过	这	数千	在	这	皮肤

皮肤中分布着成千上万个汗腺。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	87	]
[	页	-	]

[第 87 页]

[ʌv; əv][ɔːl][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

of	all	parts	of	the	body	.
的	全部	部分	的	这	身体	.

身体所有部位。

[ðeɪ] [gɪv] [aʊt][frʌm; frəm][wʌn][paɪnt][tuː; tə][ə; eɪ]['gælən][ʌv; əv] [swet] ['deɪli] .

They	give	out	from	one	pint	to	a	gallon	of	sweat	daily	.
他们	给	出去	从	一	品脱	到	一个	加仑	的	汗	日常的	.

他们每天会流出一品脱到一加仑的汗水。

[ðə; ði] [mɔːr] [wiː; wi][wɜːrk][ænd; ənd][ðə; ði]['wɔːrmər][ðə; ði] ['weðər] , [ðə; ði] [mɔːr] [ðə; ði] [swet] [floʊz] .

The	more	we	work	and	the	warmer	the	weather	,	the	more	the	sweat	flows	.
这	更多的	我们	工作	和	这	更温暖	这	天气	,	这	更多的	这	汗	流量	.

工作越辛苦，天气越热，出汗就越多。

[ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [weɪst] ['mætər] ['kærid] [aʊt][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][baɪ][ðə; ði] [swet] ,

There	is	a	little	waste	matter	carried	out	of	the	body	by	the	sweat	,
那里	是	一个	小的	浪费	事情	携带	出去	的	这	身体	经过	这	汗	,

汗液会将少量废物排出体外。

[bʌt; bət][ɪts] [tʃiːf] [juːz][ɪz][tuː; tə] [kuːl] [ðə; ði]['bɑːdi] .

but	its	chief	use	is	to	cool	the	body	.
但	它是	首席	使用	是	到	凉爽的	这	身体	.

但它的主要用途是给身体降温。

[ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [ðɪs] [baɪ] ['pæsɪŋ] [ɔːf][ɪn][ðə; ði] [er] [ænd; ənd] ['kæriɪŋ] [ðə; ði] [hiːt] [wɪð; wɪθ][ˌaɪ 'tiː] .

It	does	this	by	passing	off	in	the	air	and	carrying	the	heat	with	it	.
它	做	这	经过	通过	离开	在	这	空气	和	携带	这	热	和	它	.

它通过在空气中传播并携带热量来达到这个目的。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [ðə; ði]['bɑːdi][ɪz] [kept] [frʌm; frəm] ['getɪŋ] [tuː] [hɑːt][ɪn] ['sʌmər] .

In	this	way	the	body	is	kept	from	getting	too	hot	in	summer	.
在	这	方式	这	身体	是	保留	从	获得	也	热的	在	夏天	.

这样可以防止身体在夏天过热。

[ðə; ði] ['kʌlər] [ʌv; əv][ðə; ði] [skɪn] . — [ɪn][ðə; ði]['æfrɪkən] [reɪs] [ðə; ði] ['kʌlər] [ʌv; əv][ðə; ði] [skɪn] [ɪz] [blæk] ,

The	Color	of	the	Skin	.	—	In	the	African	race	the	color	of	the	skin	is	black	,
这	颜色	的	这	皮肤	.	—	在	这	非洲	种族	这	颜色	的	这	皮肤	是	黑色的	,

肤色——非洲人的肤色是黑色的。

[ɪn][ðə; ði] [ˌʧaɪ'niːz] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['jeloʊɪʃ] , [waɪl] [ɪn]['aʊər; ɑːr] [reɪs] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['nɪrli] [waɪt] .

in	the	Chinese	it	is	yellowish	,	while	in	our	race	it	is	nearly	white	.
在	这	中国人	它	是	淡黄色	,	尽管	在	我们的	种族	它	是	几乎	白色的	.

中国人的牙齿呈黄色，而我们人类的牙齿则近乎白色。

[ðə; ði] ['dɪfrənt] [hjuːz] [ɑːr; ər] [duː] [tuː; tə][ə; eɪ] ['kʌlərɪŋ] ['mætər] [kɔːld] ['pɪgmənt] .

The	different	hues	are	due	to	a	coloring	matter	called	pigment	.
这	不同的	色调	是	到期的	到	一个	染色	事情	称为	颜料	.

不同的色调是由于一种叫做颜料的着色物质造成的。

[ðɪs] [laɪz][ɪn][ðə; ði] [diːp] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]['skɑːrfˌskɪn] .

This	lies	in	the	deep	part	of	the	scarfskin	.
这	谎言	在	这	深的	部分	的	这	表皮	.

它位于围巾皮的深处。

['goʊɪŋ] [aʊt] [ɪn][ðə; ði] [wɪnd] [ænd; ənd] [sʌn] ['kɔːzɪz] [mɔːr] ['pɪgmənt] [tuː; tə] [kə'lekt] ,

Going	out	in	the	wind	and	sun	causes	more	pigment	to	collect	,
去	出去	在	这	风	和	太阳	原因	更多的	颜料	到	收集	,

在风吹日晒下活动会导致更多色素聚集。

[ænd; ənd][wiː; wi] [seɪ] [wiː; wi][ɑːr; ər] [tænd] .

and	we	say	we	are	tanned	.
和	我们	说	我们	是	晒黑的	.

我们说我们晒黑了。

[ɪf] [ðə; ði] ['pɪgmənt] [kə'lekts] [ɪn][spɑːts] , [ˌaɪ 'tiː] [meɪks] ['freklz] .

If	the	pigment	collects	in	spots	,	it	makes	freckles	.
如果	这	颜料	收集	在	地点	,	它	制作	雀斑	.

如果色素聚集在斑点处，就会形成雀斑。

[ðer; ðər][ɪz][noʊ] [wei] [ʌv; əv] [rɪ'muːvɪŋ] [æt; ət][wʌns] ['freklz] [ɔːr] [tæn] .

There	is	no	way	of	removing	at	once	freckles	or	tan	.
那里	是	不	方式	的	移除	在	一次	雀斑	或者	棕褐色	.

雀斑或晒黑无法一次性去除。

[ðeɪ] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [ˌdɪsə'pɪr] [ɪn][ðə; ði] ['wɪntər] .

They	usually	disappear	in	the	winter	.
他们	通常	消失	在	这	冬天	.

它们通常在冬天消失。

[noʊ] ['paudəz] [nɔːr] ['eni] ['ʌðər] [kaɪnd][ʌv; əv] ['medɪs(ə)n] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi]['teɪkən][tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [skɪn] [waɪt] [ænd; ənd] [smuːð] .

No	powders	nor	any	other	kind	of	medicine	should	be	taken	to	make	the	skin	white	and	smooth	.
不	粉末	也不	任何	其他	种类	的	药品	应该	是	已采取	到	制作	这	皮肤	白色的	和	光滑的	.

不应服用任何粉末或其他类型的药物来使皮肤白皙光滑。

[sʌtʃ] ['medsnz] [meɪ] [kən'teɪn] ['pɔɪzn] [ænd; ənd][ɑːr; ər] ['laɪkli] [ɪn] [taɪm] [tuː; tə][hɜːrt][ðə; ði]['bɑːdi] .

Such	medicines	may	contain	poison	and	are	likely	in	time	to	hurt	the	body	.
这样的	药物	可能	包含	毒	和	是	可能	在	时间	到	伤害	这	身体	.

这类药物可能含有毒素，并且很可能在一段时间后对身体造成伤害。

[ðə; ði] [skɪn] [meɪ] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [biː; bi] [kept] [sɔːft] [ænd; ənd] [smuːð] [baɪ] ['wɑːʃɪŋ] [wel] [wɪð; wɪθ] [sɔːft]

The	skin	may	usually	be	kept	soft	and	smooth	by	washing	well	with	soft
这	皮肤	可能	通常	是	保留	柔软的	和	光滑的	经过	洗涤	出色地	和	柔软的

['wɔːtər] [ænd; ənd] [gʊd] [soʊp] .

water	and	good	soap	.
水	和	好的	肥皂	.

用软水和优质肥皂彻底清洗，通常可以保持皮肤柔软光滑。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] [hɑːrʃ] [ɔːr] [krækt] , [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['glɪsərɪn] [rʌbd] [ɑːn] ['æftər] [iːtʃ] ['wɑːʃɪŋ] [meɪ]

If	it	becomes	harsh	or	cracked	,	a	little	glycerine	rubbed	on	after	each	washing	may
如果	它	变成	残酷的	或者	裂纹	,	一个	小的	甘油	摩擦	在	后	每个	洗涤	可能

[help] [ˌaɪ 'tiː] .

help	it	.
帮助	它	.

如果变得粗糙或开裂，每次清洗后涂抹少量甘油可能会有所帮助。

[ðə; ði] [neɪlz] [ænd; ənd] [ðer; ðər] [ker] . — [ðə; ði] [neɪlz] [ɑːr; ər] ['hɑrdnd] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] [ˌepɪ'dɜːrmɪs] .

The	Nails	and	their	Care	.	—	The	nails	are	hardened	parts	of	the	epidermis	.
这	指甲	和	他们的	关心	.	—	这	指甲	是	硬化	部分	的	这	表皮	.

指甲及其护理——指甲是表皮的硬化部分。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] [ɪn'tendɪd] [tuː; tə] [prɪ'vent]

They	are	intended	to	prevent
他们	是	故意的	到	防止

它们的目的是为了防止

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	88	]
[	页	-	]

[第 88 页]

[ðə; ði] ['ɛndz] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] [frʌm; frəm] ['biːɪŋ] [hɜːrt] [ænd; ənd] [tuː; tə] [gɪv] [ə; eɪ] [niːt] [ə'pɪrəns]

the	ends	of	the	fingers	from	being	hurt	and	to	give	a	neat	appearance
这	结束	的	这	手指	从	存在	伤害	和	到	给	一个	整洁的	外貌

[tuː; tə] [ðə; ði] [hænd] .

to	the	hand	.
到	这	手	.

防止手指末端受伤，并使手部外观整洁。

[ðə; ði] ['ɛndz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [neɪlz] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [biː; bi] [tʃuːd] [ɔːr] [tɔːrn] [ɔːf] ,

The	ends	of	the	nails	should	never	be	chewed	or	torn	off	,
这	结束	的	这	指甲	应该	绝不	是	咀嚼	或者	撕裂	离开	,

指甲末端绝对不能啃咬或撕扯。

[æz; əz] [ðɪs] [meɪks] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] [blʌnt] [ænd; ənd] [ðə; ði] [fleʃ] [sɔːr] .

as	this	makes	the	fingers	blunt	and	the	flesh	sore	.
作为	这	制作	这	手指	钝	和	这	肉	疮	.

这样会导致手指变钝，皮肤疼痛。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [faɪld] [ɔːr] [kʌt] ['niːtli] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['sɪzərz] [soʊ] [ðæt] [ðeɪ] [duː] [nɑːt] [stɪk] [aʊt]

They	should	be	filed	or	cut	neatly	with	the	scissors	so	that	they	do	not	stick	out
他们	应该	是	已提交	或者	切	整齐地	和	这	剪刀	所以	那	他们	做	不是	戳	出去

[bɪ'jɑːnd] [ðə; ði] ['ɛndz] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] .

beyond	the	ends	of	the	fingers	.
超过	这	结束	的	这	手指	.

应该用锉刀或剪刀将它们整齐地修剪干净，以免超出手指末端。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv][hændz] ['ʃoʊɪŋ] [æt; ət][ðə; ði] [raɪt] [haʊ] [ðə; ði] [neɪlz] [ʃʊd; ʃəd] [ə'pɪr] ,

46 — Photograph of hands showing at the right how the nails should appear ,

- — 照片 的 双手 显示 在 这 正确的 如何 这 指甲 应该 出现 ,

46 —一张手部照片，右侧显示了指甲的正确样式，

[ænd; ənd][æt; ət][ðə; ði] [left] [haʊ] ['baɪtɪŋ] [ɔːf] [ðə; ði] [neɪlz] [meɪks] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] [blʌnt] [ænd; ənd] [sɔːr] .

and at the left how biting off the nails makes the fingers blunt and sore .

和 在 这 左边 如何 咬 离开 这 指甲 制作 这 手指 钝 和 疮 .

左边的图片展示了咬指甲如何使手指变钝和疼痛。

['meni] [bɔɪz] [ænd; ənd][sʌm; səm]['gɝːlz] [spɔɪl] [ðə; ði] [ə'pɪrəns] [ʌv; əv][ðer; ðər] [neɪlz] [baɪ] ['letɪŋ] [ə; eɪ] [laɪn]

Many boys and some girls spoil the appearance of their nails by letting a line

许多 男孩们 和 一些 女孩们 剧透 这 外貌 的 他们的 指甲 经过 出租 一个 线

[ʌv; əv] [blæk] [dɜːrt] [rɪ'meɪn] [bɪ'niːθ] [ðem; ðəm] .

of black dirt remain beneath them .

的 黑色的 污垢 保持 下面 他们 .

许多男孩和一些女孩会因为让指甲下残留黑色污垢而影响指甲的美观。

[ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv][ə; eɪ] [stɪk] [ɔːr][ə; eɪ] [neɪl] ['kliːnər] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [pæst] [bɪ'niːθ] [ðə; ði] [neɪlz] ['evri]

A piece of a stick or a nail cleaner should be passed beneath the nails every

一个 片 的 一个 戳 或者 一个 指甲 清洁工 应该 是 通过了 下面 这 指甲 每一个

[taɪm] [ðə; ði][hændz][ɑːr; ər] [wɑːʃt] .

time the hands are washed .

时间 这 双手 是 洗过 .

每次洗手时，都应该用一根小木棍或指甲清洁器清洁指甲缝隙。

[ɪf] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] [ɑːr; ər] [mʌtʃ] [sɔɪld] ,

If the fingers are much soiled ,

如果 这 手指 是 很多 脏的 ,

如果手指很脏，

[ə; eɪ] [stɪf] [brʌʃ] [ɪz]['juːsf(ə)l][ɪn] [rɪ'muːvɪŋ] [ðə; ði][dɜːrt] ['ʌndər] [ðə; ði] [neɪlz] .

a stiff brush is useful in removing the dirt under the nails .

一个 僵硬的 刷子 是 有用 在 移除 这 污垢 在下面 这 指甲 .

硬毛刷有助于清除指甲下的污垢。

[fɪg] .

Fig .

如图 .

如图。

- — [ə; eɪ] [slaɪs] [θruː] [ə; eɪ] [her] [ɪn] [ɪts] [sæk] .

47 — A slice through a hair in its sac .

- — 一个 片 通过 一个 头发 在 它是 囊 .

47 —切开其囊中的一根毛发。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːrdʒd] .

Much enlarged .

很多 放大 .

尺寸大幅增大。

[ðə; ði] [her] . — [sʌm; səm] [her] [grəuz] [ɑːn] ['nɪrli] [ɔːl] [pɑːrts] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

The Hair . — Some hair grows on nearly all parts of the body .

这 头发 . — 一些 头发 生长 在 几乎 全部 部分 的 这 身体 .

毛发——身体几乎所有部位都会长出毛发。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [mʌtʃ] ['θɪkər] [ɑːn][ðə; ði] [hed] [ðæn; ðən] ['elsˌwer] .

It is much thicker on the head than elsewhere .

它 是 很多 较厚 在 这 头 比 别处 .

头部比其他部位要粗得多。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 89]
[页 -]

[第 89 页]

[iːtʃ] [her] [grəuz] [frʌm; frəm][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [nɑːb] [æt; ət][ðə; ðɪ] ['bɑːtəm] [ʌv; əv][ə; eɪ]['taɪnɪ] [tuːb] [ɪn][ðə; ðɪ] [skɪn]
Each hair grows from a little knob at the bottom of a tiny tube in the skin
每个 头发 生长 从 一个 小的 旋钮 在 这 底部 的 一个 微小的 管子 在 这 皮肤
[kɔːld] [ðə; ðɪ] [her] [sæk] ([fɪg] . -) .
called the hair sac (Fig . 47) .
称为 这 头发 囊 (如图 . -) .

每根毛发都从皮肤中称为毛囊的小管底部的一个小突起长出（图 47）。

[ɪf] [her] [ɪz] [pʊld] [aʊt] ,
If hair is pulled out ,
如果 头发 是 拉 出去 ,

如果头发被拔掉，

[ə'nʌðər] [wʌn] [wɪl] [groʊ] [ɪn][ɪts] [pleɪs] [ɪf] [ðə; ðɪ] [nɑːb] [æt; ət][ðə; ðɪ] ['bɑːtəm] [ʌv; əv][ðə; ðɪ][sæk][ɪz][nɑːt]
another one will grow in its place if the knob at the bottom of the sac is not
其他 一 将要 生长 在 它是 地方 如果 这 旋钮 在 这 底部 的 这 囊 是 不是
[hɜːrt] .
hurt .
伤害 .

如果囊底的瘤状物没有受伤，就会在原处长出另一个囊状物。

[wʌn] [ɔːr] [tuː] [ɔɪl] [glændz]['oʊpən]['ɪntuː] [iːtʃ] [her] [sæk][ænd; ənd] [gɪv] [aʊt] [æn; ən] [ɔɪl] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ðɪ]
One or two oil glands open into each hair sac and give out an oil to keep the
一 或者 二 油 腺体 打开 进入 每个 头发 囊 和 给 出去 一个 油 到 保持 这
[skælp][ænd; ənd] [her] [sɔːft] .
scalp and hair soft .
头皮 和 头发 柔软的 .

每个毛囊内有一到两个皮脂腺开口，分泌油脂以保持头皮和头发柔软。

[noʊ] ['ʌðər] [her] ['dresɪŋ] [ɪz] ['niːdɪd] .
No other hair dressing is needed .
不 其他 头发 敷料 是 需要 .

无需其他美发产品。

['æftər] ['θɜːrti] [ɔːr] ['fɔːrti] ['jɪrz] [ʌv; əv][eɪdʒ][ðə; ðɪ] [her] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə][tɜːrn] [greɪ] .
After thirty or forty years of age the hair begins to turn gray .
后 三十 或者 四十 年 的 年龄 这 头发 开始 到 转动 灰色的 .

三十岁或四十岁以后，头发就开始变白。

[noʊ]['medɪs(ə)n] [wɪl] [prɪ'vent] [ðə; ðɪ] [her] [frʌm; frəm] ['tɜːrnɪŋ] [greɪ] ,
No medicine will prevent the hair from turning gray ,
不 药品 将要 防止 这 头发 从 转弯 灰色的 ,

没有药物可以阻止头发变白。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz]['dʒen(ə)rəli] [ˌʌn'waɪz] [tuː; tə] ['kʌlər] [ðə; ðɪ] [her] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [daɪ] .
and it is generally unwise to color the hair with a dye .
和 它 是 一般来说 失策 到 颜色 这 头发 和 一个 染料 .

通常来说，用染发剂给头发染色是不明智的。

[ðer; ðər][ɪz] ['pɔɪzn] [ɪn][sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ðɪ] ['mɪkstʃɚz] [soʊld][tuː; tə] ['kʌlər] [ðə; ðɪ] [her] .
There is poison in some of the mixtures sold to color the hair .
那里 是 毒 在 一些 的 这 混合物 卖 到 颜色 这 头发 .

市面上一些染发剂中含有毒素。

[ðə; ði] [ker] [ʌv; əv][ðə; ði] [her] . — [wen] [ðə; ði] [her] [ɪz] [ʌn'koʊmd] , [ðə; ði] [hoʊl] ['pɜːrs(ə)n] [lʊks]

The	Care	of	the	Hair	.	—	When	the	hair	is	uncombed	,	the	whole	person	looks
这	关心	的	这	头发	.	—	什么时候	这	头发	是	未梳理的	,	这	所有的	人	看起来

[ʌn'taɪdi] .

untidy	.
凌乱	.

头发的护理——头发不梳理，整个人看起来就不整洁。

[ðə; ði] [her] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kəumd] ['kerfəli] ['evri] ['mɔːrnɪŋ] [ænd; ənd] [ə'gen] [meɪd] ['taɪdi] [bɪ'fɔːr] [iːtʃ]

The	hair	should	be	combed	carefully	every	morning	and	again	made	tidy	before	each
这	头发	应该	是	梳理过的	小心	每一个	早晨	和	再次	制成	整齐的	前	每个

[miːl] .

meal	.
一顿饭	.

每天早上都要仔细梳理头发，每餐前也要再次整理好。

[juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [juːz] [æz; əz] ['lɪt(ə)l] ['wɔːtər] [æz; əz] ['pɑːsəb(ə)l] [tuː; tə] ['mɔɪs(ə)n] [ðə; ði] [her] .

You	should	use	as	little	water	as	possible	to	moisten	the	hair	.
你	应该	使用	作为	小的	水	作为	可能的	到	濡	这	头发	.

你应该尽量少用水来润湿头发。

[ðə; ði] [glændz] [kæn; kən] [biː; bi] [meɪd] [tuː; tə] [gɪv] [aʊt] [ðer; ðər] [her] [ɔɪl] [baɪ] ['skwiːzɪŋ] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði]

The	glands	can	be	made	to	give	out	their	hair	oil	by	squeezing	parts	of	the
这	腺体	能	是	制成	到	给	出去	他们的	头发	油	经过	挤压	部分	的	这

[skælp] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] .

scalp	between	the	fingers	.
头皮	之间	这	手指	.

用手指挤压头皮的某些部位，可以促使腺体分泌油脂。

[ðə; ði] [skælp] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wel] [klenzd] [wɪð; wɪθ] [soʊp] [ænd; ənd] [wɔːrm] ['wɔːtər] ['evri] [θriː] [ɔːr] [fɔːr]

The	scalp	should	be	well	cleansed	with	soap	and	warm	water	every	three	or	four
这	头皮	应该	是	出色地	已清洗	和	肥皂	和	温暖的	水	每一个	三	或者	四

[wiːks] .

weeks	.
周	.

每隔三到四周，应该用肥皂和温水彻底清洁头皮。

[ðə; ði] [her]

The	hair
这	头发

头发

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	90	]
[	页	-	]

[第90页]

[ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [draɪd] ['kwɪkli] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [sɔːft] ['taʊəl] [ænd; ənd] [baɪ] ['sɪtɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] [sʌn] [ɔːr] [nɪr] [ə; eɪ]

should	be	dried	quickly	with	a	soft	towel	and	by	sitting	in	the	sun	or	near	a
应该	是	干燥	迅速地	和	一个	柔软的	毛巾	和	经过	坐着	在	这	太阳	或者	靠近	一个

[stoʊv] .

stove	.
火炉	.

应尽快用柔软的毛巾擦干，并放在阳光下或炉子旁晾干。

[wʌn] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [kætʃ] [koʊld] [baɪ] ['goʊɪŋ] [aʊt] [ʌv; əv] [dɔːz] [wen] [ðə; ði] [her] [ɪz] [wet] .

One	is	likely	to	catch	cold	by	going	out	of	doors	when	the	hair	is	wet	.
一	是	可能	到	抓住	寒冷的	经过	去	出去	的	门	什么时候	这	头发	是	湿的	.

头发湿的时候出门容易着凉。

[her] [ɔɪlz] [ænd; ənd] ['dændrəf] ['kjʊrz] [ʃʊd; ʃəd] [nɑːt][biː; bi] [juːst] [ən'les] [əd'vaɪzd] [baɪ][ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] .

Hair	oils	and	dandruff	cures	should	not	be	used	unless	advised	by	a	physician	.
头发	油	和	头皮	治愈	应该	不是	是	用过的	除非	建议	经过	一个	医生	.

除非医生建议，否则不应使用护发油和去屑产品。

['pɪntʃɪŋ] [ænd; ənd] ['rɪŋklɪŋ] [ðə; ði][skælp] [twaɪs] ['wiːkli] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['fɪŋgərz] [meɪks] [ðə; ði] [blʌd]

Pinching	and	wrinkling	the	scalp	twice	weekly	with	the	fingers	makes	the	blood
捏	和	皱纹	这	头皮	两次	每周	和	这	手指	制作	这	血

[tjʊb] [groʊ] ['lɑːrdʒər][ænd; ənd] [brɪŋ] [mɔːr] [fuːd] [tuː; tə][ðə; ði] [her] .

tubes	grow	larger	and	bring	more	food	to	the	hair	.
管子	生长	更大的	和	带来	更多的	食物	到	这	头发	.

每周用手指捏揉头皮两次，可以使血管扩张，为头发输送更多营养。

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] ['ɔːlsoʊ][ɪn] ['meni] ['pɜːsənz] [stɑːp][ðə; ði] [her] [frʌm; frəm] ['fɔːlɪŋ] [aʊt] [ænd; ənd] [prɪ'vent] ['dændrəf]

It	will	also	in	many	persons	stop	the	hair	from	falling	out	and	prevent	dandruff
它	将要	还	在	许多	人	停止	这	头发	从	坠落	出去	和	防止	头皮

[ænd; ənd] ['ɪtʃɪŋ] .

and	itching	.
和	瘙痒	.

它还能防止许多人脱发，并预防头皮屑和瘙痒。

[fɪg] . - — ['fəutəgræfs] ['ʃoʊɪŋ] [haʊ] ['kiːpɪŋ] [ðə; ði] [her] ['taɪdi] [im'pruːvz] [ðə; ði] [ə'pɪrəns] .

Fig	.	48	—	Photographs	showing	how	keeping	the	hair	tidy	improves	the	appearance	.
如图	.	-	—	照片	显示	如何	保持	这	头发	整齐的	改善	这	外貌	.

图 48 — 照片显示保持头发整洁如何改善外观。

[duː][nɑːt][juːz][ðə; ði] [her] [brʌʃ] [ʌv; əv] [ə'nʌðər] ['pɜːrs(ə)n][ɔːr] [ɪks'tʃeɪndʒ] [hæts][wɪð; wɪθ][jʊr; jər]

Do	not	use	the	hair	brush	of	another	person	or	exchange	hats	with	your
做	不是	使用	这	头发	刷子	的	其他	人	或者	交换	帽子	和	你的

[kəm'pænjənz] .

companions	.
同伴	.

不要使用他人的梳子，也不要与同伴交换帽子。

[ʌn'kliːn] ['pɜːrsənz] [ænd; ənd] [ðoʊz] ['lɪvɪŋ] [ɔːr] ['pleɪɪŋ] [mʌtʃ] [wɪð; wɪθ][ðem; ðəm]['ɔːf(ə)n][hæv; həv] [ə'mʌŋ]

Unclean	persons	and	those	living	or	playing	much	with	them	often	have	among
不洁	人	和	那些	活的	或者	玩耍	很多	和	他们	经常	有	之中

[ðer; ðər] [her] ['lɪt(ə)l] ['kriːtʃərz] [kɔːld] [hed] [laɪs] .

their	hairs	little	creatures	called	head	lice	.
他们的	头发	小的	生物	称为	头	虱子	.

不讲卫生的人以及经常与他们一起生活或玩耍的人，头发里常常会滋生一种叫做头虱的小虫子。

[ðeɪ] [sʌk] [blʌd] [ænd; ənd] [kɔːz] ['kɑːnstənt] ['ɪtʃɪŋ] .

They	suck	blood	and	cause	constant	itching	.
他们	吸	血	和	原因	持续的	瘙痒	.

它们吸血并引起持续瘙痒。

[ðə; ði]

The
这

这

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	91	]
[	页	-	]

[第91页]

['dɑːktər] [wɪl] [tel] ['eni] [wʌn] [haʊ] [tuː; tə] [get] [rɪd][ʌv; əv][ðem; ðəm] ['iːzəli] .

doctor	will	tell	any	one	how	to	get	rid	of	them	easily	.
医生	将要	告诉	任何	一	如何	到	得到	摆脱	的	他们	容易地	.

医生会告诉任何人如何轻松摆脱它们。

['kiːpɪŋ] [ðə; ði] [skɪn] [kliːn] . — [ðə; ði] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] [ded] ['mætər] ['kærid] [aʊt] [baɪ] [ðə; ði] [swet] [ɑːn]

Keeping	the	Skin	Clean	.	—	The	amount	of	dead	matter	carried	out	by	the	sweat	on
保持	这	皮肤	干净的	.	—	这	数量	的	死的	事情	携带	出去	经过	这	汗	在

[tuː; tə] [ðə; ði] [skɪn] ['evri] [deɪ] [ɪz] ['iːkwəl] [tuː; tə] [ə; eɪ] [mæs] [æz; əz] [lɑːrdʒ] [æz; əz] [jʊr; jər] [θʌm] .

to	the	skin	every	day	is	equal	to	a	mass	as	large	as	your	thumb	.
到	这	皮肤	每一个	天	是	平等的	到	一个	大量的	作为	大的	作为	你的	拇指	.

保持皮肤清洁——每天通过汗液带到皮肤上的死皮物质的质量相当于你拇指的大小。

[dʌst] ['ɔːlsoʊ] [wɜːrks] [θruː] [ðə; ði] ['kloʊðɪŋ] [ænd; ənd] [stɪks] [fæst] [tuː; tə] [ðə; ði] [mɔɪst] [skɪn] .

Dust	also	works	through	the	clothing	and	sticks	fast	to	the	moist	skin	.
灰尘	还	作品	通过	这	衣服	和	棍子	快速地	到	这	潮湿	皮肤	.

灰尘还会穿透衣物，并牢牢粘附在潮湿的皮肤上。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] ['evri] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [wɑːʃ] [ðə; ði] [hoʊl] ['bɑːdi] [wʌns] [ɔːr] [twaɪs] [iːtʃ] [wiːk] .

For	this	reason	every	one	should	wash	the	whole	body	once	or	twice	each	week	.
为了	这	原因	每一个	一	应该	洗	这	所有的	身体	一次	或者	两次	每个	星期	.

因此，每个人每周都应该洗一到两次全身澡。

[ðə; ði] [fiːt] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wɑːʃt] ['ɒf(tə)n] [æz; əz] [ðeɪ] [bɪ'kʌm] [mɔːr] [sɔɪld] .

The	feet	should	be	washed	oftener	as	they	become	more	soiled	.
这	脚	应该	是	洗过	更频繁	作为	他们	变得	更多的	脏的	.

脚脏了就应该经常洗。

['meni] ['pɝːsənz] [teɪk] [ə; eɪ] [bæθ] ['evri] [deɪ] .

Many	persons	take	a	bath	every	day	.
许多	人	拿	一个	洗澡	每一个	天	.

很多人每天都洗澡。

[ə; eɪ] [koʊld] [bæθ] ['teɪkən] [dʒʌst] ['æftər] ['raɪzɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] ['mɔːrnɪŋ] [weiks] [ʌp] [ðə; ði] [nəːvs] ,

A	cold	bath	taken	just	after	rising	in	the	morning	wakes	up	the	nerves	,
一个	寒冷的	洗澡	已采取	只是	后	上升	在	这	早晨	醒来	向上	这	神经	,

清晨起床后立即洗个冷水澡可以提神醒脑。

[meɪks] [ðə; ði] [hɑːrt] [wɜːrk] ['betər] , [ænd; ənd] ['gɪvz] [helθ] [ænd; ənd] [streŋθ] [tuː; tə] [ðə; ði] [hoʊl]

makes	the	heart	work	better	,	and	gives	health	and	strength	to	the	whole
制作	这	心	工作	更好的	,	和	给予	健康	和	力量	到	这	所有的

['bɑːdi] .

body	.
身体	.

它能改善心脏功能，并为全身带来健康和力量。

['æftərwərd] , [ðə; ði] ['bɑːdi] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wel] [rʌbd] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [kɔːrs] ['taʊəl] .

Afterward	,	the	body	should	be	well	rubbed	with	a	coarse	towel	.
之后	,	这	身体	应该	是	出色地	摩擦	和	一个	粗	毛巾	.

之后，用粗糙的毛巾彻底擦拭身体。

[ðə; ði] [bæθ] [meɪ] [biː; bi] ['teɪkən] [baɪ] ['laɪɪŋ] [ɪn] [ə; eɪ] [tʌb] [ʌv; əv] ['wɔːtər] [ɔːr] [baɪ] ['rʌbɪŋ] [ðə; ði] ['bɑːdi] ['oʊvər]

The	bath	may	be	taken	by	lying	in	a	tub	of	water	or	by	rubbing	the	body	over
这	洗澡	可能	是	已采取	经过	说谎	在	一个	浴缸	的	水	或者	经过	擦	这	身体	超过

['kwɪkli] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [wet] [spʌndʒ] .

quickly	with	a	wet	sponge	.
迅速地	和	一个	湿的	海绵	.

洗澡的方式有两种：一种是躺在浴缸里，另一种是用湿海绵快速擦拭身体。

[ə; eɪ] [hɑːt] [bæθ] [ɪz] [best] [fɔːr; fər] ['klenzɪŋ] [ðə; ði] [skɪn] .

A	hot	bath	is	best	for	cleansing	the	skin	.
一个	热的	洗澡	是	最好的	为了	清洁	这	皮肤	.

热水澡是清洁皮肤的最佳方式。

[ə; eɪ][wɔːrm] [bæθ] [meɪks] [wʌn] ['sliːpi] [ænd; ənd][ʃʊd; ʃəd] , ['ðerfɔːr] , [biː; bi]['teɪkən]['oʊnli][æt; ət]

A	warm	bath	makes	one	sleepy	and	should	,	therefore	,	be	taken	only	at
一个	温暖的	洗澡	制作	一	困	和	应该	,	所以	,	是	已采取	仅有的	在

['bedtaɪm] .

bedtime	.
就寝时间	.

热水澡会使人犯困，因此应该只在睡前进行。

[ðə; ði][hændz] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [wel] [wɑːʃt] [bɪ'fɔːr] ['hændlɪŋ] [fuːd] .

The	hands	should	always	be	well	washed	before	handling	food	.
这	双手	应该	总是	是	出色地	洗过	前	处理	食物	.

处理食物前务必彻底洗手。

['pɝːsənz] [ni'glektɪŋ] [tuː; tə][duː] [ðɪs] [hæv; həv] [kɔːzd] [mʌtʃ] ['sɪknəs] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ʌv; əv][ðə; ði] [dɪ'ziːz]

Persons	neglecting	to	do	this	have	caused	much	sickness	because	of	the	disease
人	疏忽	到	做	这	有	导致	很多	疾病	因为	的	这	疾病

[dʒəːmz][ɑːn][ðer; ðər][hændz] .

germs	on	their	hands	.
细菌	在	他们的	双手	.

那些疏忽大意的人，由于手上携带病菌，导致很多人患病。

[wʌn] ['hʌndrəd] [ænd; ənd] ['fɪfti] ['pɝːsənz] [wɜːr; wər]['gɪv(ə)n] ['taɪfɔɪd] ['fiːvər] [ɪn] [wʌn] ['sɪti] [ɪn] [ˌmæsə'tʃuːsɪts]

One	hundred	and	fifty	persons	were	given	typhoid	fever	in	one	city	in	Massachusetts
一	百	和	五十	人	是	给定	伤寒	发烧	在	一	城市	在	马萨诸塞州

[baɪ][ə; eɪ][mæn] [huː] ['hændəld] [mɪlk] [wɪ'ðaʊt] ['wɑːʃɪŋ] [hɪz; ɪz][hændz] .

by	a	man	who	handled	milk	without	washing	his	hands	.
经过	一个	男人	WHO	处理	牛奶	没有	洗涤	他的	双手	.

在马萨诸塞州的一个城市，一名男子因接触牛奶后未洗手而感染了伤寒，导致150人患病。

[dɜːrt][ænd; ənd] [dɪ'ziːz] [ɑːr; ər] [kəm'pænjənz] .

Dirt	and	disease	are	companions	.
污垢	和	疾病	是	同伴	.

污垢和疾病总是形影不离。

[juː; jʊ][mʌst; məst][biː; bi] [kliːn] [ɪf] [juː; jʊ] [wʊd] [biː; bi] ['helθi] .

You	must	be	clean	if	you	would	be	healthy	.
你	必须	是	干净的	如果	你	会	是	健康	.

要想保持健康，就必须保持清洁。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	92	]
[	页	-	]

[第92页]

[ðə; ði] ['kidniz] . — [ðə; ði] [swet] [glændz][duː][nɑːt] [teɪk] [aʊt][ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] [wʌn]['kwɔːrtər][æz; əz]

The	Kidneys	.	—	The	sweat	glands	do	not	take	out	of	the	blood	one	quarter	as
这	肾脏	.	—	这	汗	腺体	做	不是	拿	出去	的	这	血	一	四分之一	作为

[mʌtʃ] [weɪst] ['mætər] [æz; əz][ðə; ði] ['kidniz] .

much	waste	matter	as	the	kidneys	.
很多	浪费	事情	作为	这	肾脏	.

肾脏——汗腺从血液中清除的废物量不到肾脏的四分之一。

[ðiːz] [ɑːr; ər] [tuː] ['bɑːdɪz] [lɔːŋgər][ðæn; ðən][ðə; ði]['fɪŋgər][ænd; ənd] [mɔːr] [ðæn; ðən] [twaɪs] [æz; əz] [waɪd] ,

These	are	two	bodies	longer	than	the	finger	and	more	than	twice	as	wide	,
这些	是	二	身体	更长	比	这	手指	和	更多的	比	两次	作为	宽的	,

这两个物体比手指长，宽度是手指的两倍多。

[ænd; ənd] ['hævɪŋ] [ðə; ði] [ʃeɪp] [ʌv; əv][ə; eɪ] [biːn] .

and	having	the	shape	of	a	bean	.
和	拥有	这	形状	的	一个	豆	.

形状像豆子。

[wʌn] [laɪz] [ɑːn] ['iːðər] [saɪd] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bækboʊn] [bɪ'loʊ] [ðə; ði] ['lɪvər] .

One	lies	on	either	side	of	the	backbone	below	the	liver	.
一	谎言	在	任何一个	边	的	这	骨干	以下	这	肝	.

一条位于肝脏下方脊柱两侧。

[ðə; ði] [blʌd] ['kʌmɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] ['kidniz] [ɪz] [fʊl] [ʌv; əv] [weɪst] [ænd; ənd] [ded] ['mætər] [pɪkt] [ʌp]

The	blood	coming	to	the	kidneys	is	full	of	waste	and	dead	matter	picked	up
这	血	未来	到	这	肾脏	是	满的	的	浪费	和	死的	事情	挑选	向上

[frʌm; frəm] [ɔːl] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] .

from	all	parts	of	the	body	.
从	全部	部分	的	这	身体	.

流向肾脏的血液中充满了从身体各个部位收集的废物和坏死物质。

[ðɪs] [ɪz] [pæst] [aʊt] [θruː] [ðə; ði] [θɪn] [wɔːlz] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz] [ʌv; əv] ['lɪt(ə)l] [blʌd] [tjʊb]

This	is	passed	out	through	the	thin	walls	of	the	thousands	of	little	blood	tubes
这	是	通过了	出去	通过	这	薄的	墙壁	的	这	数千	的	小的	血	管子

['ɪntuː] [ðə; ði] ['meni] ['taɪni] [tjʊb] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['kidniz] .

into	the	many	tiny	tubes	of	the	kidneys	.
进入	这	许多	微小的	管子	的	这	肾脏	.

这些血液通过数千条细小血管的薄壁进入肾脏的许多细小管道。

[fɪg] . - — [ðə; ði] [blʌd] [tjʊb] [ɪn] [ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [skɪn] [æz; əz] [lɑːrdʒ] [æz; əz] [ðə; ði] [hed] [ʌv; əv] [ə; eɪ]

Fig	.	49	—	The	blood	tubes	in	a	piece	of	skin	as	large	as	the	head	of	a
如图	.	-	—	这	血	管子	在	一个	片	的	皮肤	作为	大的	作为	这	头	的	一个

[pɪn] .

pin	.
别针	.

图 49 — 针头大小的皮肤中的血管。

['wɔːtər] [ɪz] [rɪ'kwaɪərd] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] ['bɑːdi] [kliːn] [wɪ'ðɪn] [æz; əz] [wel] [æz; əz] [wɪ'ðaʊt] .

Water	is	required	to	keep	the	body	clean	within	as	well	as	without	.
水	是	必需的	到	保持	这	身体	干净的	之内	作为	出色地	作为	没有	.

水对于保持身体内外清洁都至关重要。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [drɪŋk] [mɔːr] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] [kwɔːrt] [ʌv; əv] ['wɔːtər] ['deɪli] .

For	this	reason	you	should	drink	more	than	a	quart	of	water	daily	.
为了	这	原因	你	应该	喝	更多的	比	一个	夸脱	的	水	日常的	.

因此，你每天应该喝超过一夸脱的水。

[ə; eɪ] [glæs] [ɔːr] [tuː] [ʌv; əv] ['wɔːtər] [drʌŋk] [ə; eɪ] [hæf] ['aʊər] [bɪ'fɔːr] [miːlz] [klenziz] [ænd; ənd] [rauziz]

A	glass	or	two	of	water	drunk	a	half	hour	before	meals	cleanses	and	rouses
一个	玻璃	或者	二	的	水	醉	一个	一半	小时	前	餐	清洁	和	唤醒

[tuː; tə] ['ækʃ(ə)n] [ðə; ði] [daɪ'dʒestɪv] ['ɔrgənz] .

to	action	the	digestive	organs	.
到	行动	这	消化	器官	.

饭前半小时喝一两杯水可以清洁肠道，并唤醒消化器官。

['ælkəhɔːl] [ænd; ənd] [ðə; ði] [skɪn] . — [ðə; ði] [skɪn] [ʌv; əv] [ðoʊz] [huː] [juːz] [mʌtʃ] [bɪr] [ɔːr] ['wɪski] ['ɔːf(ə)n]

Alcohol	and	the	Skin	.	—	The	skin	of	those	who	use	much	beer	or	whisky	often
酒精	和	这	皮肤	.	—	这	皮肤	的	那些	WHO	使用	很多	啤酒	或者	威士忌酒	经常

[bɪ'kʌmz] [rʌf] ,

becomes	rough	,
变成	粗糙的	,

酒精与皮肤——经常饮用啤酒或威士忌的人，皮肤往往会变得粗糙。

[red] , [ænd; ənd] ['pɪmpli] .

red	,	and	pimply	.
红色的	,	和	满脸痘痘	.

皮肤发红，而且长满了痘痘。

['eni] [ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋk] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə]['ɪndʒər][ðə; ði] [skɪn] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ˌaɪ 'tiː] [meɪ] ['hɪndər] [gʊd]

Any	alcoholic	drink	is	likely	to	injure	the	skin	because	it	may	hinder	good
任何	酗酒者	喝	是	可能	到	损伤	这	皮肤	因为	它	可能	阻碍	好的

[daɪ'dʒestʃən] .

digestion	.
消化	.

任何酒精饮料都可能损伤皮肤，因为它会阻碍正常的消化功能。

[ðə; ði] ['drʌŋkərd] [hæz; həz][ə; eɪ] [red] [noʊz] [ænd; ənd][ə; eɪ][dɑːrk] - ['kʌlərd]

The	drunkard	has	a	red	nose	and	a	dark	-	colored
这	酒鬼	有	一个	红色的	鼻子	和	一个	黑暗的	-	有色

这个醉汉长着一个红鼻子和一条深色的.....

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	93	]
[	页	-	]

[第93页]

[skɪn] .

skin	.
皮肤	.

皮肤。

[ðɪs] [ɪz][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz]['ælkəhɔːl] ['wiːkənz] [ðə; ði] [wɔːlz] [ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] [tjʊb] [ænd; ənd] [lets] [ðem; ðəm]

This	is	because	alcohol	weakens	the	walls	of	the	blood	tubes	and	lets	them
这	是	因为	酒精	减弱	这	墙壁	的	这	血	管子	和	让我们	他们

[bɪ'kʌm] [gɔːdʒd] [wɪð; wɪθ] [blʌd] .

become	gorged	with	blood	.
变得	饱食	和	血	.

这是因为酒精会削弱血管壁，使血管内充满血液。

[ɪf] [ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n] [teɪks] [ə; eɪ] [drɪŋk] ['oʊnli] [wʌns] [ɪn][ə; eɪ] [waɪl] ,

If	a	person	takes	a	drink	only	once	in	a	while	,
如果	一个	人	需要	一个	喝	仅有的	一次	在	一个	尽管	,

如果一个人只是偶尔喝一次酒，

[hɪz; ɪz] [feɪs] [bɪ'kʌmz] [red] ['æftər] [iːtʃ] [drɪŋk] ,

his	face	becomes	red	after	each	drink	,
他的	脸	变成	红色的	后	每个	喝	,

他每喝一杯酒后脸都会变红。

[ænd; ənd][æn; ən] ['aʊər] [ɔːr] [tuː] ['leɪtər][ðə; ði] [ɪ'fekt] [ʌv; əv][ðə; ði]['ælkəhɔːl] ['paːsiz] [ɔːf] .

and	an	hour	or	two	later	the	effect	of	the	alcohol	passes	off	.
和	一个	小时	或者	二	之后	这	影响	的	这	酒精	通过	离开	.

一两个小时后，酒精的作用就会消失。

[ðə; ði] [blʌd] [tjʊb] [hæv; həv] [skwiːzd] [ʌp] [tuː; tə][ðer; ðər]['nætʃ(ə)rəl] [saɪz] .

The	blood	tubes	have	squeezed	up	to	their	natural	size	.
这	血	管子	有	挤压	向上	到	他们的	自然的	尺寸	.

血管已经膨胀到正常大小。

['ælkəhɔːl][ænd; ənd][ðə; ði] ['kidniz] . — ['teɪkɪŋ] ['sevrəl] ['glæsɪz] ['deɪli] [ʌv; əv]['iːv(ə)n] [sʌtʃ] [wiːk]

Alcohol	and	the	Kidneys	.	—	Taking	several	glasses	daily	of	even	such	weak
酒精	和	这	肾脏	.	—	采取	一些	眼镜	日常的	的	甚至	这样的	虚弱的

[ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋk] [æz; əz] [bɪr] ['ɔːf(ə)n] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] ['kidniz] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] [sɪk] .

alcoholic	drink	as	beer	often	causes	the	kidneys	to	become	sick	.
酗酒者	喝	作为	啤酒	经常	原因	这	肾脏	到	变得	生病的	.

酒精与肾脏——即使是像啤酒这样酒精度数较低的酒精饮料，每天喝几杯也常常会导致肾脏疾病。

[sʌm; səm][ʌv; əv][ðer; ðər] ['wɜ:rkɪŋ] [pɑ:rts] [bɪ'kʌm] [tʃeɪndʒd] [tu:; tə][fæt][ænd; ənd][sʌm; səm][pɑ:rts] [bɪ'kʌm]

Some	**of**	**their**	**working**	**parts**	**become**	**changed**	**to**	**fat**	**and**	**some**	**parts**	**become**
一些	的	他们的	在职的	部分	变得	已更改	到	胖的	和	一些	部分	变得

[hɑ:rd] .

hard	**.**
难的	.

它们的一些功能器官会变成脂肪，而另一些器官则会变硬。

[ðə; ði] ['sɛlz] [wɪtʃ] [let] [ðə; ði] [weɪst] ['mætər] [pæs] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] [get] [hɜ:rt][baɪ][ðə; ði] ['pɔɪzn]

The	**cells**	**which**	**let**	**the**	**waste**	**matter**	**pass**	**out**	**of**	**the**	**blood**	**get**	**hurt**	**by**	**the**	**poison**
这	细胞	哪个	让	这	浪费	事情	经过	出去	的	这	血	得到	伤害	经过	这	毒

[ʌv; əv][ðə; ði]['ælkəhɔ:l][soʊ] [ðæt] [ðeɪ] [let][sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] [fu:d] ['ɔ:lsoʊ] [pæs] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd]

of	**the**	**alcohol**	**so**	**that**	**they**	**let**	**some**	**of**	**the**	**food**	**also**	**pass**	**out**	**of**	**the**	**blood**
的	这	酒精	所以	那	他们	让	一些	的	这	食物	还	经过	出去	的	这	血

.

:
.

酒精中的毒素会损害血液中负责排出废物的细胞，导致部分营养物质也从血液中排出。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	**QUESTIONS1**	**.**
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[neɪm] [ðə; ði] [tu:] [pɑ:rts][ʌv; əv][ðə; ði][skɪn] . [ˌtu:'tu:] .

Name	**the**	**two**	**parts**	**of**	**the**	**skin**	**.**	**2**	**.**
姓名	这	二	部分	的	这	皮肤	.	2	.

1. 请说出皮肤的两个组成部分。

[gɪv] [ðə; ði] [θri:] ['ju:zɪz][ʌv; əv][ðə; ði][skɪn] . [θri:] .

Give	**the**	**three**	**uses**	**of**	**the**	**skin**	**.**	**3**	**.**
给	这	三	用途	的	这	皮肤	.	3	.

列举皮肤的三种用途。3.

[wʌt] [ɪz][ə; eɪ] [swet] [glænd] ?

What	**is**	**a**	**sweat**	**gland**	**?**
什么	是	一个	汗	腺	?

什么是汗腺?

[fɔ:r] . [haʊ] [mʌtʃ] [swet] [ɪz] [fɔ:rmd] ['deɪli] ? [faɪv] .

4	**.**	**How**	**much**	**sweat**	**is**	**formed**	**daily**	**?**	**5**	**.**
4	.	如何	很多	汗	是	形成	日常的	?	5	.

4. 每天产生多少汗液？5.

[ʌv; əv] [wʌt] [ju:z][ɪz][ðə; ði] [swet] ? [sɪks] .

Of	**what**	**use**	**is**	**the**	**sweat**	**?**	**6**	**.**
的	什么	使用	是	这	汗	?	6	.

汗水有什么用呢？6.

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd][ðə; ði][neɪlz][bi:; bi] [kɛəd] [fɔ:r; fər] ? ['sɛvən] .

How	**should**	**the**	**nails**	**be**	**cared**	**for**	**?**	**7**	**.**
如何	应该	这	指甲	是	关心	为了	?	7	.

指甲应该如何护理？7.

[tel] [wʌt] [ker] [ʃʊd; ʃəd][bi:; bi]['gɪv(ə)n][ðə; ði] [her] . [eɪt] .

Tell	**what**	**care**	**should**	**be**	**given**	**the**	**hair**	**.**	**8**	**.**
告诉	什么	关心	应该	是	给定	这	头发	.	8	.

告诉大家应该如何护理头发。8.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd][ju:; jʊ][nɑ:t][ju:z] [ə'nʌðər] ['pɜ:sənz] [her] [brʌʃ] ? [naɪn] .

Why	**should**	**you**	**not**	**use**	**another**	**person's**	**hair**	**brush**	**?**	**9**	**.**
为什么	应该	你	不是	使用	其他	人的	头发	刷子	?	9	.

为什么不应该使用别人的梳子？9.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ðə; ði] [skɪn] [biː; bi] [wɑːʃt] ['ɔːf(ə)n] ? - .

Why	**should**	**the**	**skin**	**be**	**washed**	**often**	**?**	**10**	**.**
为什么	应该	这	皮肤	是	洗过	经常	?	-	.

为什么皮肤应该经常清洗? 10.

[ʌv; əv] [wʌt] [juːz] [ɪz] [ə; eɪ] [koʊld] [bæθ] ? - .

Of	**what**	**use**	**is**	**a**	**cold**	**bath**	**?**	**11**	**.**
的	什么	使用	是	一个	寒冷的	洗澡	?	-	.

冷水浴有什么用? 11.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ðə; ði] [hændz] [biː; bi] [wel] [wɑːʃt] [bɪ'fɔːr] ['hændlɪŋ]

Why	**should**	**the**	**hands**	**be**	**well**	**washed**	**before**	**handling**
为什么	应该	这	双手	是	出色地	洗过	前	处理

为什么处理物品前要彻底洗手?

[fuːd] ? - .

food	**?**	**12**	**.**
食物	?	-	.

食物? 12.

[waɪ] [dʌz] [ðə; ði] ['drʌŋkərd] [hæv; həv] [ə; eɪ] [red] [noʊz] ?

Why	**does**	**the**	**drunkard**	**have**	**a**	**red**	**nose**	**?**
为什么	做	这	酒鬼	有	一个	红色的	鼻子	?

为什么醉汉的鼻子是红的?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**94**	**]**
[	页	-	]

[第94页]

['tʃæptər] [ˌɛksˌaɪ'aɪ'aɪ]

CHAPTER	**XIII**
章	十三

第十三章

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第4/8页

['kloʊðɪŋ] [ænd; ənd] [haʊ] [tuː; tə] [juːz] [ˌaɪ 'tiː]
CLOTHING AND HOW TO USE IT
衣服 和 如何 到 使用 它

服装及其使用方法

[kaɪndz] [ʌv; əv] ['kloʊðɪŋ] . — ['piːp(ə)l] [ɑːr; ər] [bɪ'gɪnɪŋ] [tuː; tə] [lɜːrn] [ðæt] [ðə; ðɪ] ['werɪŋ] [ʌv; əv] [ðə; ðɪ]
Kinds of Clothing . — People are beginning to learn that the wearing of the
种类 的 衣服 . — 人们 是 开始 到 学习 那 这 穿着 的 这

[raɪt] [kaɪnd] [ʌv; əv] ['kloʊðɪŋ] [hæz; həz] [mʌtʃ] [tuː; tə] [duː] [wɪð; wɪθ] ['kiːpɪŋ] [ðem; ðəm] [wel] .
right kind of clothing has much to do with keeping them well .
正确的 种类 的 衣服 有 很多 到 做 和 保持 他们 出色地 .

服装种类——人们开始意识到，穿着合适的衣服与保持健康息息相关。

['meni] ['pɝːsənz] [wer] [tuː] ['hevi] ['kloʊðɪŋ] [ɪn] ['wɪntər] .
Many persons wear too heavy clothing in winter .
许多 人 穿 也 重的 衣服 在 冬天 .

很多人冬天穿的衣服太厚重。

['kiːpɪŋ] [ðə; ðɪ] ['bɑːdi] [tuː] [hɑːt] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː] [wiːk] .
Keeping the body too hot makes it weak .
保持 这 身体 也 热的 制作 它 虚弱的 .

身体温度过高会导致身体虚弱。

[sʌm; səm] [kaɪndz] [ʌv; əv] ['kloʊðɪŋ] [ɑːr; ər] [mʌtʃ] ['wɔːrmər] [ðæn; ðən] ['ʌðər] .
Some kinds of clothing are much warmer than others .
一些 种类 的 衣服 是 很多 更温暖 比 其他的 .

有些衣服比其他衣服保暖得多。

[sʌm; səm] [ɑːr; ər] [ɪk'spensɪv] [ænd; ənd] ['ʌðər] [ɑːr; ər] [tʃiːp] .
Some are expensive and others are cheap .
一些 是 昂贵的 和 其他的 是 便宜的 .

有些很贵，有些很便宜。

[tʃiːp] [kloʊðz] [wɪl] ['ɔːf(ə)n] [sɜːrv] [ðə; ðɪ] [seɪm] ['pɜːrpəs] [æz; əz] [ðə; ðɪ] [mɔːr] ['kɔːstli] [wʌnz] .
Cheap clothes will often serve the same purpose as the more costly ones .
便宜的 衣服 将要 经常 服务 这 相同的 目的 作为 这 更多的 昂贵 一个 .

廉价服装往往与价格更高的服装具有相同的用途。

[ɪf] [juː; jʊ] [lʊk] [æt; ət] [jʊr; jər] ['hæŋkərtʃɪf] [ɔːr] ['stɑːkɪŋz] ,
If you look at your handkerchief or stockings ,
如果 你 看 在 你的 手帕 或者 长筒袜 ,

如果你看看你的手帕或长袜，

[juː; jʊ] [wɪl] [siː] [ðæt] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [meɪd] [ʌv; əv] [θredz] ['rʌnɪŋ] ['krɔːswaɪz] [tuː; tə] [iːtʃ] ['ʌðər] .
you will see that they are made of threads running crosswise to each other .
你 将要 看 那 他们 是 制成 的 线程 跑步 横向 到 每个 其他 .

你会看到它们是由相互交叉的线组成的。

[ɔːl] ['kloʊðɪŋ] [ɪz] [meɪd] [frʌm; frəm] [θredz] .
All clothing is made from threads .
全部 衣服 是 制成 从 线程 .

所有衣服都是用线织成的。

[sʌm; səm][ʌv; əv] [ðiːz] [ɑːr; ər] [wʊl] , [sʌm; səm][ɑːr; ər] ['lɪnɪn] , [ə; eɪ] [fjuː] [ɑːr; ər] [sɪlk] , [ænd; ənd] ['meni]

Some	**of**	**these**	**are**	**wool**	**,**	**some**	**are**	**linen**	**,**	**a**	**few**	**are**	**silk**	**,**	**and**	**many**
一些	的	这些	是	羊毛	,	一些	是	亚麻布	,	一个	很少	是	丝绸	,	和	许多

[ɑːr; ər]['kɑːt(ə)n] .

are	**cotton**	**.**
是	棉布	.

其中一些是羊毛的，一些是亚麻的，少数是丝绸的，还有很多是棉布的。

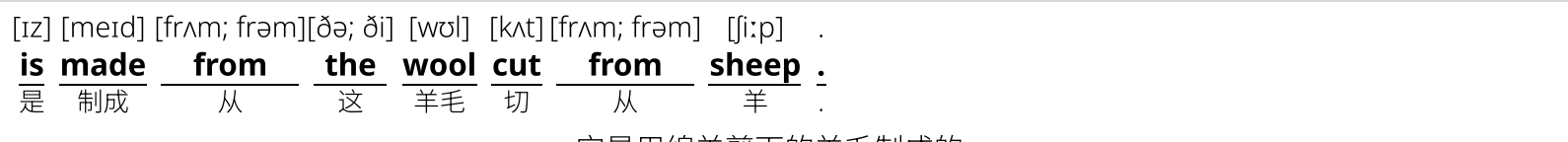
['wʊlən] ['kloʊðɪŋ] . — ['wʊlən] ['kloʊðɪŋ] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['oʊvərkoʊt] [ænd; ənd] [faɪn] [klɔːθ] ['dresɪz]

Woolen	**Clothing**	**.**	**—**	**Woolen**	**clothing**	**,**	**such**	**as**	**overcoats**	**and**	**fine**	**cloth**	**dresses**
羊毛	衣服	.	—	羊毛	衣服	,	这样的	作为	大衣	和	美好的	布	连衣裙

[ænd; ənd]['suːts] ,

and	**suits**	**,**
和	西装	,

羊毛服装——羊毛服装，例如大衣、精纺连衣裙和套装等。


[ɪz] [meɪd] [frʌm; frəm][ðə; ði] [wʊl] [kʌt] [frʌm; frəm] [ʃiːp] .

is	**made**	**from**	**the**	**wool**	**cut**	**from**	**sheep**	**.**
是	制成	从	这	羊毛	切	从	羊	.

它是用绵羊剪下的羊毛制成的。

[ɪ'nʌf] [wʊl] [kæn; kən][biː; bi] [ʃɪrd] [frʌm; frəm] [tuː] [ʃiːp] [ɪn][wʌn] [jɪr] [tuː; tə] [meɪk] [æn; ən][ɪn'taɪər]

Enough	**wool**	**can**	**be**	**sheared**	**from**	**two**	**sheep**	**in**	**one**	**year**	**to**	**make**	**an**	**entire**
足够的	羊毛	能	是	剪切	从	二	羊	在	一	年	到	制作	一个	全部的

[suːt][ʌv; əv] [kloʊðz] .

suit	**of**	**clothes**	**.**
套装	的	衣服	.

两只羊一年剪下的羊毛足够做一套完整的衣服。

[ðə; ði] [rɔː] [wʊl] [ɪz][fɜːrst] ['twɪstɪd] ['ɪntuː] [θredz] [ænd; ənd] [ðen] ['woʊv(ə)n][baɪ] [mə'ʃiːnz] ['ɪntuː] [klɔːθ] .

The	**raw**	**wool**	**is**	**first**	**twisted**	**into**	**threads**	**and**	**then**	**woven**	**by**	**machines**	**into**	**cloth**	**.**
这	生的	羊毛	是	第一的	扭曲	进入	线程	和	然后	编织	经过	机器	进入	布	.

原毛先被捻成线，然后用机器织成布。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [æt; ət][ðə; ði] [left] [ɪz][ə; eɪ] [bʌntʃ] [ʌv; əv][flæks] ['gæðərd] [frʌm; frəm][ðə; ði] [fiːld] ,

50	**—**	**At**	**the**	**left**	**is**	**a**	**bunch**	**of**	**flax**	**gathered**	**from**	**the**	**field**	**,**
-	—	在	这	左边	是	一个	束	的	亚麻	聚集	从	这	场地	,

50——左边是一捆从田里收割的亚麻，

[ænd; ənd][ɑːn][ðə; ði] [raɪt] [ɪz][ə; eɪ] [spuːl] [ʌv; əv] [θred] [meɪd] [frʌm; frəm][ðə; ði][flæks][ænd; ənd] ['redi]

and	**on**	**the**	**right**	**is**	**a**	**spool**	**of**	**thread**	**made**	**from**	**the**	**flax**	**and**	**ready**
和	在	这	正确的	是	一个	线轴	的	线	制成	从	这	亚麻	和	准备好

[tuː; tə][biː; bi]['woʊv(ə)n]['ɪntuː] ['lɪnɪn] .

to	**be**	**woven**	**into**	**linen**	**.**
到	是	编织	进入	亚麻布	.

右边是一卷用亚麻制成的线，准备织成亚麻布。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**95**	**]**
[	页	-	]

[第95页]

['lɪnɪn] . — ['lɪnɪn] [ɪz] [juːst] [ɪn] ['meɪkɪŋ] ['kɑːlərz] , [kʌfs] , [ænd; ənd]['hæŋkɝtʃəfs, 'hæŋkɝtʃiːfs] .

Linen	**.**	**—**	**Linen**	**is**	**used**	**in**	**making**	**collars**	**,**	**cuffs**	**,**	**and**	**handkerchiefs**	**.**
亚麻布	.	—	亚麻布	是	用过的	在	制作	项圈	,	袖口	,	和	手帕	.

亚麻布——亚麻布用于制作衣领、袖口和手帕。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [frʌm; frəm] [faɪn] [θredz] ['teɪkən][frʌm; frəm][ðə; ði][flæks][plænt] .

It	is	made	from	fine	threads	taken	from	the	flax	plant	.
它	是	制成	从	美好的	线程	已采取	从	这	亚麻	植物	.

它由取自亚麻植物的细丝制成。

[ɑːn][ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [graʊnd] [æz; əz][lɑːrdʒ][æz; əz][ə; eɪ]['skuːlruːmˌskuːlrʊm] [ɪ'nʌf] [flæks][kæn; kən][biː; bi]

On	a	piece	of	ground	as	large	as	a	schoolroom	enough	flax	can	be
在	一个	片	的	地面	作为	大的	作为	一个	教室	足够的	亚麻	能	是

[reɪzd] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ][hæf]['dʌz(ə)n]['kɑːlərz] .

raised	to	make	a	half	dozen	collars	.
提高	到	制作	一个	一半	打	项圈	.

一块教室大小的土地上，可以种植足够的亚麻来制作六个衣领。

['gɑːrmənts] [tuː; tə][biː; bi][wɔːrn][ɪn][wɔːrm] ['weðər] [ɑːr; ər] ['sʌmtaɪmz] [meɪd] [ʌv; əv] ['lɪnɪn] .

Garments	to	be	worn	in	warm	weather	are	sometimes	made	of	linen	.
服装	到	是	磨损	在	温暖的	天气	是	有时	制成	的	亚麻布	.

温暖天气里穿的衣服有时是用亚麻布做的。

[sɪlk] . — [sɪlk] [ɪz] [juːst] [ɪn] ['meɪkɪŋ] ['nekˌtaɪz] , [glʌvz] , ['rɪbənz] , [ænd; ənd] ['dresɪz] .

Silk	.	—	Silk	is	used	in	making	neckties	,	gloves	,	ribbons	,	and	dresses	.
丝绸	.	—	丝绸	是	用过的	在	制作	领带	,	手套	,	丝带	,	和	连衣裙	.

丝绸——丝绸用于制作领带、手套、丝带和连衣裙。

[sɪlk] [klɔːθ] [ɪz]['woʊv(ə)n][frʌm; frəm][ðə; ði] [kə'kuːnz] [meɪd] [baɪ] ['sɪlkwɜːrm] .

Silk	cloth	is	woven	from	the	cocoons	made	by	silkworms	.
丝绸	布	是	编织	从	这	茧	制成	经过	蚕	.

丝绸是由蚕茧织成的。

[ə; eɪ] ['sɪlkwɜːrm] [ɪz] [ə'baʊt] [æz; əz][bɪg][æz; əz][jʊr; jər]['lɑːrdʒɪst]

A	silkworm	is	about	as	big	as	your	largest
一个	蚕	是	关于	作为	大的	作为	你的	最大

蚕的体型和你最大的……差不多。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	96	]
[	页	-	]

[第96页]

['fɪŋgər] .

finger	.
手指	.

手指。

[ˌaɪ 'tiː] [grəuz] [tuː; tə] [ðɪs] [saɪz][frʌm; frəm][ðə; ði] [eg] [ɪn][wʌn] [mʌnθ] .

It	grows	to	this	size	from	the	egg	in	one	month	.
它	生长	到	这	尺寸	从	这	蛋	在	一	月	.

它从卵到这个大小只需要一个月。

[ɪn] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] [deɪz] [ˌaɪ 'tiː][spɪnz][ə; eɪ] [ʃel] [ʌv; əv][sɪlk] [θred] [kəm'pliːtli] [sə'raʊndɪŋ] [ɪt'self] .

In	three	or	four	days	it	spins	a	shell	of	silk	thread	completely	surrounding	itself	.
在	三	或者	四	天	它	旋转	一个	壳	的	丝绸	线	完全地	周围	本身	.

三四天后，它会吐丝形成一个完全包裹住自己的外壳。

[ðɪs] [ʃel] [ɪz] [kɔːld] [ə; eɪ] [kə'kuːn] .

This	shell	is	called	a	cocoon	.
这	壳	是	称为	一个	茧	.

这个壳叫做茧。

[wɪ'ðɪn] [ðɪs] [ˌaɪ 'tiː] ['tʃeɪndʒɪz] [tuː; tə][ə; eɪ] [mɔːθ] .

Within	this	it	changes	to	a	moth	.
之内	这	它	变化	到	一个	蛾	.

在其中它变成了一只蛾。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv] ['sɪlkwɜːrm] ['tʃeɪndʒɪŋ] ['mʌlberi] [liːvz] ['ɪntuː] [sɪlk] .
51 — Photograph of silkworms changing mulberry leaves into silk .
- — 照片 的 蚕 变化 桑 树叶 进入 丝绸 .

51 —蚕将桑叶变成丝的照片。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðiːz] ['faɪbɚz][frʌm; frəm][ðə; ðɪ][lɪnt] [ə'baʊt][ðə; ðɪ] [siːd] [ʌv; əv]['kɑːt(ə)n][ɑːr; ər]['woʊv(ə)n]['ɪntuː]['kɑːt(ə)n]
52 — These fibers from the lint about the seed of cotton are woven into cotton
- — 这些 纤维 从 这 皮棉 关于 这 种子 的 棉布 是 编织 进入 棉布
[klɔːθ] .
cloth .
布 .

52 —棉花种子周围的绒毛纤维被织成棉布。

[wen] [ðə; ðɪ] [kə'kuːnz] [ɑːr; ər][tuː; tə][biː; bi] [juːst] [fɔːr; fər] [sɪlk] ,
When the cocoons are to be used for silk ,
什么时候 这 茧 是 到 是 用过的 为了 丝绸 ,

当蚕茧要用来产丝时，

[ðə; ðɪ][wɜːrm] [ɪz] [kɪld] [baɪ] [hiːt] [æz; əz] [suːn] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz]['woʊv(ə)n][ɪts] [hoʊm] [soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː]
the worm is killed by heat as soon as it has woven its home so that it
这 蠕虫 是 被杀 经过 热 作为 很快 作为 它 有 编织 它是 家 所以 那 它
[meɪ] [nɑːt] [tʃeɪndʒ] [tuː; tə][ə; eɪ] [mɔːθ] [ænd; ənd] [iːt] [ɔːf][sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ðɪ][sɪlk] [ɪn] ['getɪŋ] [aʊt] .
may not change to a moth and eat off some of the silk in getting out .
可能 不是 改变 到 一个 蛾 和 吃 离开 一些 的 这 丝绸 在 获得 出去 .

蠕虫织好巢穴后，立即用高温杀死它，以免它变成飞蛾，在逃出巢穴的过程中吃掉一些丝。

['meni] ['θaʊz(ə)nd] [wəːmz, vɔːrms][ɑːr; ər] ['niːdɪd] [tuː; tə][get] [ɪ'nʌf] [sɪlk][fɔːr; fər][ə; eɪ] [dres] .
Many thousand worms are needed to get enough silk for a dress .
许多 千 蠕虫 是 需要 到 得到 足够的 丝绸 为了 一个 裙子 .

要获得足够制作一件衣服的丝绸，需要成千上万条蚕。

[ðə; ðɪ][wəːmz, vɔːrms][ɑːr; ər] [reɪzd] ['lɑːrdʒli] [ɪn]['tʃaɪnə] , [dʒə'pæn] , ['ɪtəli] , [ænd; ənd] [fræns] .
The worms are raised largely in China , Japan , Italy , and France .
这 蠕虫 是 提高 很大程度上 在 中国 , 日本 , 意大利 , 和 法国 .

这些蠕虫主要在中国、日本、意大利和法国养殖。

['kɑːt(ə)n] . — [ɔːl]['kælɪkoʊ] , ['mʌzlɪn] , [ænd; ənd][moʊst] [tʃiːp] ['kloʊðɪŋ] [ɑːr; ər] [meɪd] [frʌm; frəm]['kɑːt(ə)n]
Cotton . — All calico , muslin , and most cheap clothing are made from cotton
棉布 . — 全部 印花布 , 细棉布 , 和 最多 便宜的 衣服 是 制成 从 棉布
[θred] .
thread .
线 .

棉布——所有印花棉布、细棉布和大多数廉价服装都是用棉线制成的。

[ðɪs] [ɪz] [meɪd] [frʌm; frəm][ðə; ðɪ]['kɑːt(ə)n]['faɪbɚz] [sə'raʊndɪŋ] [ðə; ðɪ] [siːdz] [ʌv; əv][ðə; ðɪ]['kɑːt(ə)n][plænt] (
This is made from the cotton fibers surrounding the seeds of the cotton plant (
这 是 制成 从 这 棉布 纤维 周围 这 种子 的 这 棉布 植物 (
[fɪg] . -) .
Fig . 52) .
如图 . -) .

这是由棉花植物种子周围的棉纤维制成的（图 52）。

[ðə; ði]['kɑːt(ə)n] [juːst] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [ɪz] [reɪzd] [ɪn][ðə; ði] ['sʌðərn] [steɪts] .

The	cotton	used	in	this	country	is	raised	in	the	Southern	states	.
这	棉布	用过的	在	这	国家	是	提高	在	这	南方	各州	.

这个国家使用的棉花产自南部各州。

['kɑːt(ə)n] ['kloʊðɪŋ] [ɪz] [strɔːŋgər] [ænd; ənd] [werz] [mʌtʃ] [lɔːŋgər] [ðæn; ðən] [sɪlk] [ɔːr] [wʊl] ,

Cotton	clothing	is	stronger	and	wears	much	longer	than	silk	or	wool	,
棉布	衣服	是	更强	和	穿着	很多	更长	比	丝绸	或者	羊毛	,

棉质衣物比丝绸或羊毛衣物更结实耐穿。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɑːt] [lʊk] [soʊ] [wel] [ænd; ənd][ɪz][nɑːt] ['nɪrli] [soʊ][wɔːrm] .

but	it	does	not	look	so	well	and	is	not	nearly	so	warm	.
但	它	做	不是	看	所以	出色地	和	是	不是	几乎	所以	温暖的	.

但它看起来不太好，而且也远没有那么暖和。

[ðə; ði][juːz][ʌv; əv] [ræps] [ænd; ənd] ['oʊvərkoʊt] . — ['aʊtər] [ræps] [ænd; ənd] ['oʊvərkoʊt] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər]

The	Use	of	Wraps	and	Overcoats	.	—	Outer	wraps	and	overcoats	should	never
这	使用	的	卷饼	和	大衣	.	—	外	卷饼	和	大衣	应该	绝不

[biː; bi][wɔːrn][ɪn][ə; eɪ][wɔːrm] [ruːm]

be	worn	in	a	warm	room
是	磨损	在	一个	温暖的	房间

披肩和外套的使用——在温暖的房间里，绝对不能穿外层披肩和外套。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	97	]
[	页	-	]

[第97页]

[ɔːr] [waɪl] ['wɜːrkɪŋ] [hɑːrd] .

or	while	working	hard	.
或者	尽管	在职的	难的	.

或者在努力工作的时候。

[ðeɪ] [kɔːz] [mʌtʃ] [swet] [tuː; tə][fɔːrm][ɑːn][ðə; ði]['bɑːdi] ,

They	cause	much	sweat	to	form	on	the	body	,
他们	原因	很多	汗	到	形式	在	这	身体	,

它们会导致身体大量出汗。

[ænd; ənd][æz; əz] [suːn] [æz; əz][wʌn] [goʊz] [aʊt] [ʌv; əv] [dɔːz] [ðə; ði] [swet] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] [pæs] [ɔːf] .

and	as	soon	as	one	goes	out	of	doors	the	sweat	begins	to	pass	off	.
和	作为	很快	作为	一	去	出去	的	门	这	汗	开始	到	经过	离开	.

一旦走到户外，汗水就开始消散了。

[ðɪs] [meɪks] [ðə; ði]['bɑːdi] [fiːl] [koʊld][ænd; ənd][ɪn][sʌm; səm]['keɪsɪz] [liːdz] [tuː; tə][ə; eɪ] [lɔːŋ] ['sɪknəs] .

This	makes	the	body	feel	cold	and	in	some	cases	leads	to	a	long	sickness	.
这	制作	这	身体	感觉	寒冷的	和	在	一些	案例	线索	到	一个	长的	疾病	.

这会使身体感到寒冷，在某些情况下还会导致长期疾病。

[wen] ['raɪdɪŋ][ɪn][koʊld] ['weðər] , ['ekstrə] [ræps] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][wɔːrn] .

When	riding	in	cold	weather	,	extra	wraps	should	be	worn	.
什么时候	骑术	在	寒冷的	天气	,	额外的	卷饼	应该	是	磨损	.

寒冷天气骑行时，应佩戴额外的保暖衣物。

['skɑːrfs][ænd; ənd][fəːz][ʃʊd; ʃəd][nɑːt][biː; bi][wɔːrn] [ə'baʊt] [ðə; ði] [θroʊt] [ɪk'sept] [ɪn] [ɪk'striːm] [koʊld]

Scarfs	and	furs	should	not	be	worn	about	the	throat	except	in	extreme	cold
围巾	和	毛皮	应该	不是	是	磨损	关于	这	喉	除了	在	极端	寒冷的

['weðər] .

weather	.
天气	.

除非在极寒天气，否则不应将围巾和皮草佩戴在脖子上。

['bʌndlɪŋ] [ʌp] [ðə; ðɪ] [nek] [ænd; ənd] [tʃɪn] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [kɔːz] [sɔːr] [θroʊt] .

Bundling	**up**	**the**	**neck**	**and**	**chin**	**is**	**likely**	**to**	**cause**	**sore**	**throat**	**.**
捆绑	向上	这	脖子	和	下巴	是	可能	到	原因	疮	喉	.

把脖子和下巴裹起来可能会导致喉咙痛。

['deɪndʒər][frʌm; frəm] [wet] ['kloʊðɪŋ] . — ['meni] ['tʃɪldrən] [hæv; həv] [kɔːt] [sɪ'vɪr] ['koʊldz]['liːdɪŋ; 'ledɪŋ]

Danger	**from**	**Wet**	**Clothing**	**.**	**—**	**Many**	**children**	**have**	**caught**	**severe**	**colds**	**leading**
危险	从	湿的	衣服	.	—	许多	孩子们	有	捕捉	严重	感冒	领导

[tuː; tə] ['sɪriəs] ['sɪknəs] [baɪ] ['werɪŋ] [wet] [ɔːr][dæmp] ['kloʊðɪŋ] .

to	**serious**	**sickness**	**by**	**wearing**	**wet**	**or**	**damp**	**clothing**	**.**
到	严肃的	疾病	经过	穿着	湿的	或者	潮湿	衣服	.

潮湿衣物带来的危险——许多儿童因穿着潮湿或沾水的衣物而患上重感冒，进而引发严重疾病。

[wet] ['kloʊðɪŋ] ['kɔːzɪz] [ðə; ðɪ] [hiːt] [tuː; tə] [pæs] [ɔːf] [frʌm; frəm][ðə; ðɪ]['bɑːdi] ['kwɪkli] ,

Wet	**clothing**	**causes**	**the**	**heat**	**to**	**pass**	**off**	**from**	**the**	**body**	**quickly**	**,**
湿的	衣服	原因	这	热	到	经过	离开	从	这	身体	迅速地	,

湿衣服会导致身体热量迅速散失。

[soʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [tʃɪld] [bɪ'fɔːr] [wiː; wi] [noʊ] [ˌaɪ 'tiː] .

so	**that**	**it**	**is**	**chilled**	**before**	**we**	**know**	**it**	**.**
所以	那	它	是	冷藏	前	我们	知道	它	.

所以没过多久它就凉了。

[ðɪs] [meɪ] [biː; bi] [ʃoʊn] [baɪ] ['ræpɪŋ] [tuː] ['bɔtlz] [ʌv; əv][wɔːrm] ['wɔːtər][ɪn] [klɔːðz] .

This	**may**	**be**	**shown**	**by**	**wrapping**	**two**	**bottles**	**of**	**warm**	**water**	**in**	**cloths**	**.**
这	可能	是	所示	经过	包装	二	瓶子	的	温暖的	水	在	布料	.

这可以通过用布包裹两瓶温水来演示。

[wet] [wʌn] [klɔːθ] [ænd; ənd] [let] [ðə; ðɪ] ['ʌðər] [rɪ'meɪn] [draɪ] .

Wet	**one**	**cloth**	**and**	**let**	**the**	**other**	**remain**	**dry**	**.**
湿的	一	布	和	让	这	其他	保持	干燥	.

将一块布弄湿，另一块保持干燥。

[ɪn] ['twenti] ['mɪnɪts] [ðə; ðɪ]['bɑːt(ə)l][wɪð; wɪθ][ðə; ðɪ] [wet] [klɔːθ] [wɪl] [biː; bi] [kuːl] ,

In	**twenty**	**minutes**	**the**	**bottle**	**with**	**the**	**wet**	**cloth**	**will**	**be**	**cool**	**,**
在	二十	分钟	这	瓶子	和	这	湿的	布	将要	是	凉爽的	,

二十分钟后，装有湿布的瓶子就会凉了。

[bʌt; bət][ðə; ðɪ] ['ʌðər] [wʌn] [wɪl] [stɪl] [biː; bi][wɔːrm] .

but	**the**	**other**	**one**	**will**	**still**	**be**	**warm**	**.**
但	这	其他	一	将要	仍然	是	温暖的	.

但另一只仍然会是暖和的。

[ɪf] [jʊr; jər] [wet] ['kloʊðɪŋ] ['kænɑːt] [biː; bi] [tʃeɪndʒd] [æt; ət] [wʌns] ,

If	**your**	**wet**	**clothing**	**cannot**	**be**	**changed**	**at**	**once**	**,**
如果	你的	湿的	衣服	不能	是	已更改	在	一次	,

如果你的湿衣服不能立即更换，

[kiːp] ['eksəsaɪzɪŋ] [ɔːr] [θroʊ] [ə; eɪ] ['hevi] [koʊt] [ə'baʊt] [juː; jʊ] .

keep	**exercising**	**or**	**throw**	**a**	**heavy**	**coat**	**about**	**you**	**.**
保持	锻炼	或者	扔	一个	重的	外套	关于	你	.

坚持锻炼或者披上一件厚外套。

[ʌn'taɪdi] [ænd; ənd] [sɔɪld] ['kloʊðɪŋ] . — [ɔːl] [bɔɪz] [ænd; ənd]['gɜːlz] [ʃʊd; ʃəd] [lɜːrn] [tuː; tə] [kiːp] [ðer; ðər]

Untidy	**and**	**Soiled**	**Clothing**	**.**	**—**	**All**	**boys**	**and**	**girls**	**should**	**learn**	**to**	**keep**	**their**
凌乱	和	脏的	衣服	.	—	全部	男孩们	和	女孩们	应该	学习	到	保持	他们的

['kloʊðɪŋ] [æz; əz] [kliːn] [æz; əz]['pɑːsəb(ə)l] .

clothing	**as**	**clean**	**as**	**possible**	**.**
衣服	作为	干净的	作为	可能的	.

不整洁、脏污的衣物——所有男孩女孩都应该学会保持衣物尽可能干净。

[duː][nɑːt][waɪp][ðə; ði][hændz][ɑːn][ðə; ði] ['kloʊðɪŋ] , [ɔːr][sɪt] [daʊn] [ɪn][ðə; ði][dɜːrt] ,

Do	not	wipe	the	hands	on	the	clothing	,	or	sit	down	in	the	dirt	,
做	不是	擦拭	这	双手	在	这	衣服	, 或者	坐	向下	在	这	污垢	,

不要用衣服擦手，也不要坐在泥土里。

[ɔːr][let] [fuːd] [smɪr] [ðə; ði] [frʌnt] [ʌv; əv][ðə; ði] [koʊt][ɔːr] [dres] .

or	let	food	smear	the	front	of	the	coat	or	dress	.
或者	让	食物	涂抹	这	正面	的	这	外套	或者	裙子	.

或者让食物沾到外套或裙子的前面。

[ðə; ði] [swet] [ɪz] ['kɑːnstəntli] ['brɪŋɪŋ] [weɪst] ['mætər] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

The	sweat	is	constantly	bringing	waste	matter	out	of	the	body	.
这	汗	是	不断地	带来	浪费	事情	出去	的	这	身体	.

汗液不断地将体内废物排出体外。

[ðɪs] [sɔɪlz] [ðə; ði] ['kloʊðɪŋ] [nekst][tuː; tə][ˌaɪ 'tiː] .

This	soils	the	clothing	next	to	it	.
这	土壤	这	衣服	下一个	到	它	.

这会弄脏旁边的衣服。

[ɑːn]

On
在

在

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	98	]
[	页	-	]

[第98页]

[ðɪs] [ə'kaʊnt] ['kloʊðɪŋ] [tuː; tə][biː; bi] [wɑːʃt] ['evri] [wiːk] [ɔːr] ['ɒf(tə)n] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][wɔːrn][nekst][tuː; tə]

this	account	clothing	to	be	washed	every	week	or	oftener	should	be	worn	next	to
这	帐户	衣服	到	是	洗过	每一个	星期	或者	更频繁	应该	是	磨损	下一个	到

[ðə; ði][skɪn] .

the	skin	.
这	皮肤	.

根据此说明，需要每周或更频繁清洗的衣物应贴身穿着。

['veri] [θɪn] ['kɑːt(ə)n] ['ʌndəkləʊðɪŋ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][wɔːrn][ɪn] ['sʌmər] .

Very	thin	cotton	underclothing	should	be	worn	in	summer	.
非常	薄的	棉布	内衣	应该	是	磨损	在	夏天	.

夏天应该穿非常薄的棉质内衣。

['wʊlən] [kloʊðz] [gɪv] [mɔːr] [wɔːrmθ] [fɔːr; fər] ['wɪntər] .

Woolen	clothes	give	more	warmth	for	winter	.
羊毛	衣服	给	更多的	温暖	为了	冬天	.

羊毛衣物在冬天更保暖。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['ʃoʊɪŋ] [haʊ] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ðə; ði] [ʃuː] [frʌm; frəm] ['presɪŋ] [ɑːn][kɔːrnz] [kɔːzd] [baɪ] ['werɪŋ]

53	—	Showing	how	to	prevent	the	shoe	from	pressing	on	corns	caused	by	wearing
-	—	显示	如何	到	防止	这	鞋	从	紧迫	在	玉米	导致	经过	穿着

[taɪt] [ʃuːz] [ɔːr] [sɑːks] ['rʌfli] [dɑːrnd] .

tight	shoes	or	socks	roughly	darned	.
紧的	鞋	或者	袜子	大致	该死的	.

53 — 展示如何防止鞋子压迫因穿紧鞋或粗糙缝补的袜子而引起的鸡眼。

[ʃuːz] . — ['bædli] ['fɪtɪŋ] [ʃuːz] [kɔːz] [sɔːr] [fiːt] [ænd; ənd] [mʌtʃ] [peɪn] .

Shoes	.	—	Badly	fitting	shoes	cause	sore	feet	and	much	pain	.
鞋	.	—	糟糕	配件	鞋	原因	疮	脚	和	很多	疼痛	.

鞋子——不合脚的鞋子会导致脚痛和很多痛苦。

[ə; eɪ] [ʃuː] [ðæt] [ɪz] [taɪt] [ə'krɔːs] [ðə; ði] [toʊz] [ɪz] [ʃʊr] [tuː; tə] [kɔːz] [kɔːrnz] .

A	shoe	that	is	tight	across	the	toes	is	sure	to	cause	corns	.
一个	鞋	那	是	紧的	穿过	这	脚趾	是	当然	到	原因	玉米	.

鞋子如果勒得太紧，肯定会导致鸡眼。

[ə; eɪ] [kɔːrn] [ɪz] [ə; eɪ] ['θɪkənd] [pɑːrt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tɑːp] [skɪn] [wɪtʃ] ['prɛsəz, 'prɛsɪz] [ɑːn] [ðə; ði] [mɔːr] ['tendər]

A	corn	is	a	thickened	part	of	the	top	skin	which	presses	on	the	more	tender
一个	玉米	是	一个	增稠	部分	的	这	顶部	皮肤	哪个	出版社	在	这	更多的	投标

[pɑːrt] [bɪ'niːθ] .

part	beneath	.
部分	下面	.

鸡眼是皮肤表层增厚的部分，它会压迫下面较嫩的皮肤。

['soʊkɪŋ] [ðə; ði] [fiːt] [ɪn] [hɑːt] ['wɔːtər] [ænd; ənd] ['faɪlɪŋ] [ɔːf] [ðə; ði] [tɑːp] [ʌv; əv] [ðə; ði] [kɔːrn] [ɔːr] ['juːzɪŋ] [ə; eɪ]

Soaking	the	feet	in	hot	water	and	filing	off	the	top	of	the	corn	or	using	a
浸泡	这	脚	在	热的	水	和	备案	离开	这	顶部	的	这	玉米	或者	使用	一个

[kɔːrn] ['plæstər] [wɪl] [help] [ˌaɪ 'tiː] .

corn	plaster	will	help	it	.
玉米	石膏	将要	帮助	它	.

将脚浸泡在热水中，然后锉掉鸡眼的顶部，或者使用鸡眼贴，都会有所帮助。

[ʃuːz] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [ə; eɪ] [hæf] [ɪntʃ] [lɔːŋgər] [ðæn; ðən] [ðə; ði] [fʊt] .

Shoes	should	always	be	a	half	inch	longer	than	the	foot	.
鞋	应该	总是	是	一个	一半	英寸	更长	比	这	脚	.

鞋子应该始终比脚长半英寸。

['wɔːtərpruːf] [ʃuːz] [ɔːr] ['rʌbər] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wɔːrn] [ɪn] [wet] ['weðər] .

Waterproof	shoes	or	rubbers	should	be	worn	in	wet	weather	.
防水的	鞋	或者	橡胶	应该	是	磨损	在	湿的	天气	.

雨天应穿防水鞋或橡胶鞋。

['rʌbər] [ʃʊd; ʃəd] [nɑːt] [biː; bi] [wɔːrn] [ɪn] [ðə; ði] [haʊs] .

Rubbers	should	not	be	worn	in	the	house	.
橡胶	应该	不是	是	磨损	在	这	房子	.

橡胶制品不应该在室内使用。

['ælkəhɔːl] [ænd; ənd] ['kloʊðɪŋ] . — ['meni] ['pɜːrsənz] [θɪŋk] [ðæt] [ə; eɪ] [drɪŋk] [ʌv; əv] ['wɪski] [wɪl] [meɪk]

Alcohol	and	Clothing	.	—	Many	persons	think	that	a	drink	of	whisky	will	make
酒精	和	衣服	.	—	许多	人	思考	那	一个	喝	的	威士忌酒	将要	制作

[ðem; ðəm] [wɔːrm] [wen] ['teɪkən] [ɑːn] [ə; eɪ] [koʊld] [deɪ] .

them	warm	when	taken	on	a	cold	day	.
他们	温暖的	什么时候	已采取	在	一个	寒冷的	天	.

酒精与衣物——许多人认为在寒冷的日子里喝一杯威士忌会让他们感到温暖。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] ['wɪski] [ɪz] ['sʌmtaɪmz] [juːst] [wen] ['kloʊðɪŋ] [ɪz] ['riːəli] ['niːdɪd] .

For	this	reason	whisky	is	sometimes	used	when	clothing	is	really	needed	.
为了	这	原因	威士忌酒	是	有时	用过的	什么时候	衣服	是	真的	需要	.

因此，当真正需要衣服的时候，人们有时会用威士忌来代替。

[ðə; ði] [juːz] [ʌv; əv]

The	use	of
这	使用	的

使用

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	99	]
[	页	-	]

['wɪski] [ɔ:r] ['eni] ['ʌðər] [ˌælkə'hɑ:lɪk] [drɪŋk] [wɪl] [nɑ:t] [meɪk] [ðə; ði]['bɑ:di] [wɔ:rm] .

whisky	or	any	other	alcoholic	drink	will	not	make	the	body	warm	.
威士忌酒	或者	任何	其他	酗酒者	喝	将要	不是	制作	这	身体	温暖的	.

威士忌或其他任何酒精饮料都不会使身体变暖。

[ˌaɪ 'ti:] [meɪ] [meɪk] [wʌn] [fi:l] [wɔ:rm] [bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ˌaɪ 'ti:] ['lu:sənz] [ðə; ði] ['mʌslz] [ɪn][ðə; ði] [blʌd] [tjʊb]

It	may	make	one	feel	warm	because	it	loosens	the	muscles	in	the	blood	tubes
它	可能	制作	一	感觉	温暖的	因为	它	松动	这	肌肉	在	这	血	管子

[ʌv; əv][ðə; ði] [skɪn] [ænd; ənd][soʊ] [lets] [mɔ:r] [blʌd] [kʌm] [tu:; tə][ðə; ði] ['sɜ:rfɪs] .

of	the	skin	and	so	lets	more	blood	come	to	the	surface	.
的	这	皮肤	和	所以	让我们	更多的	血	来	到	这	表面	.

它可能会使人感到温暖，因为它能放松皮肤血管中的肌肉，从而使更多的血液流到皮肤表面。

[ɪn] [ðɪs] [wei] [ðə; ði]['bɑ:di] [bɪ'kʌmz] ['koʊldɚ][bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z] [tu:] [mʌtʃ] [blʌd] [gets] ['ɪntu:][ðə; ði] [skɪn]

In	this	way	the	body	becomes	colder	because	too	much	blood	gets	into	the	skin
在	这	方式	这	身体	变成	更冷	因为	也	很多	血	获得	进入	这	皮肤

[ænd; ənd][ɪz] [ðen] [tʃɪld] [baɪ][ðə; ði][koʊld] [er] .

and	is	then	chilled	by	the	cold	air	.
和	是	然后	冷藏	经过	这	寒冷的	空气	.

这样一来，身体就会变冷，因为过多的血液流到皮肤，然后被冷空气冷却。

[æz; əz]['ælkəhɔ:l] ['dednz] [ðə; ði] ['fi:lɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] [meɪ] [prɪ'vent] [wʌn][frʌm; frəm] ['fi:lɪŋ] [koʊld] [wen] [ðə; ði]

As	alcohol	deadens	the	feeling	it	may	prevent	one	from	feeling	cold	when	the
作为	酒精	死	这	感觉	它	可能	防止	一	从	感觉	寒冷的	什么时候	这

['bɑ:di][ɪz] ['ri:əli] ['veri] [koʊld] .

body	is	really	very	cold	.
身体	是	真的	非常	寒冷的	.

由于酒精会麻痹感觉，因此即使身体非常寒冷，它也可能使人感觉不到寒冷。

[tu:] ['lɪt(ə)l] ['kloʊðɪŋ] [ænd; ənd] [tu:] [mʌtʃ] ['ælkəhɔ:l][hæv; həv] [bɪn] [noʊn] [tu:; tə] [kɔ:z] [men] [tu:; tə]

Too	little	clothing	and	too	much	alcohol	have	been	known	to	cause	men	to
也	小的	衣服	和	也	很多	酒精	有	到过	已知	到	原因	男人	到

[fri:z] [tu:; tə] [deθ] .

freeze	to	death	.
冻结	到	死亡	.

衣着过少和饮酒过量都可能导致男性冻死。

[ɪk'spɪriəns] [ɪn] ['ju:zɪŋ] ['ælkəhɔ:l][tu:; tə] [ki:p] [ðə; ði]['bɑ:di] [wɔ:rm] . — ['dɑ:ktər] [heɪz] ,

Experience	in	using	Alcohol	to	keep	the	Body	Warm	.	—	Doctor	Hayes	,
经验	在	使用	酒精	到	保持	这	身体	温暖的	.	—	医生	海耶斯	,

利用酒精保暖的经验——海耶斯医生

[hu:] [went] [æz; əz] [fɪ'zɪʃ(ə)n] [wɪð; wɪθ]['dɑ:ktər] [kein] [tu:; tə] [ɪk'splɔ:r] [ɪn][ðə; ði]['ɑ:rktɪk]['ri:dʒənz] ,

who	went	as	physician	with	Doctor	Kane	to	explore	in	the	Arctic	regions	,
WHO	去	作为	医生	和	医生	凯恩	到	探索	在	这	北极	地区	,

他作为医生跟随凯恩博士前往北极地区探险。

[sed] [ðæt] [hi:; hi] [wʊd] ['nevər] [ə'gen] [teɪk] [ˌælkə'hɑ:lɪk] [drɪŋk] [wɪð; wɪθ][hɪm; ɪm][ɑ:n] [sʌtʃ] [ə; eɪ][trɪp] .

said	that	he	would	never	again	take	alcoholic	drink	with	him	on	such	a	trip	.
说	那	他	会	绝不	再次	拿	酗酒者	喝	和	他	在	这样的	一个	旅行	.

他说他以后再也不会在这样的旅行中携带酒精饮料了。

[hi:; hi] [dɪ'klerd] ['ælkəhɔ:l][wʌz; wəz][ʌv; əv][noʊ][ju:z][ɪn] ['helpɪŋ] [men] [tu:; tə] [ki:p] [wɔ:rm] .

He	declared	alcohol	was	of	no	use	in	helping	men	to	keep	warm	.
他	声明	酒精	曾是	的	不	使用	在	帮助	男人	到	保持	温暖的	.

他宣称酒精对帮助男人保暖没有任何作用。

[hiː; hi] [faʊnd] [frʌm; frəm]['æktʃuəl] [ɪk'spɪriəns] [ðæt] [ðoʊz] [huː] [juːz]['ælkəhɔːl] ['kænɑːt] [ɪn'dʊr] [koʊld][soʊ]

He	found	from	actual	experience	that	those	who	use	alcohol	cannot	endure	cold	so
他	成立	从	实际的	经验	那	那些	WHO	使用	酒精	不能	忍受	寒冷的	所以

[wel] [æz; əz] ['ʌðər] ['piːp(ə)l] .

well	as	other	people	.
出色地	作为	其他	人们	.

他从实际经验中发现，饮酒者不如其他人耐寒。

['dɑːktər] ['kɑːrpəntər] , [ə; eɪ] [wel] - [noʊn] [fɪ'zɪʃ(ə)n] ,

Doctor	Carpenter	,	a	well	-	known	physician	,
医生	木匠	,	一个	出色地	-	已知	医生	,

卡彭特医生是一位知名的医生

[telz] [ʌv; əv][ə; eɪ] [kruː] [ʌv; əv]['sɪksti] - [sɪks][men] [huː] [traɪd] [tuː; tə] [steɪ] [ɪn] ['hʌdsn] [beɪ] [ɔːl] ['wɪntər] .

tells	of	a	crew	of	sixty	-	six	men	who	tried	to	stay	in	Hudson	Bay	all	winter	.
讲述	的	一个	全体人员	的	六十	-	六	男人	WHO	尝试	到	停留	在	哈德逊	湾	全部	冬天	.

讲述了 66 名船员试图在哈德逊湾度过整个冬天的故事。

[ðeɪ] [juːst] [sʌm; səm][ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋk] .

They	used	some	alcoholic	drink	.
他们	用过的	一些	酗酒者	喝	.

他们喝了一些含酒精的饮料。

['oʊnli] [tuː] [ʌv; əv][ðə; ði]['pɑːrti] [lɪvd] [θruː] [ðə; ði] ['wɪntər] .

Only	two	of	the	party	lived	through	the	winter	.
仅有的	二	的	这	派对	居住地	通过	这	冬天	.

一行人中只有两人活过了冬天。

['leɪtər] [ə'nʌðər] ['pɑːrti][ʌv; əv] ['twenti] - [tuː] [men] [pæst] [ðə; ði] ['wɪntər] [ɪn][ðə; ði] [seɪm] [pleɪs] .

Later	another	party	of	twenty	-	two	men	passed	the	winter	in	the	same	place	.
之后	其他	派对	的	二十	-	二	男人	通过了	这	冬天	在	这	相同的	地方	.

后来，另一队二十二人在同一地点过冬。

[ðeɪ] [juːst] [noʊ] [strɔːŋ] [drɪŋk] [æt; ət] ['eni] [taɪm] [ænd; ənd][æz; əz][ə; eɪ] ['kɑːnsɪkwens] [ɔːl][bʌt; bət] [tuː]

They	used	no	strong	drink	at	any	time	and	as	a	consequence	all	but	two
他们	用过的	不	强的	喝	在	任何	时间	和	作为	一个	结果	全部	但	二

[ʌv; əv][ðem; ðəm][wɜːr; wər] [rɪ'pɔːrtɪd] [wel] [ænd; ənd] [strɔːŋ] [ɪn][ðə; ði] ['fɑːloʊɪŋ] [sprɪŋ] .

of	them	were	reported	well	and	strong	in	the	following	spring	.
的	他们	是	据报道	出色地	和	强的	在	这	下列的	春天	.

他们从未饮用过烈性酒，因此，据报道，第二年春天，除了两人之外，其他人都身体健康、精力充沛。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	100	]
[	页	-	]

[第100页]

['tʃæptər] [ˌɛksˌaɪ'viː]

CHAPTER	XIV
章	十四

第十四章

['briːðɪŋ]

BREATHING
呼吸

呼吸

[ðə; ði] [lʌŋz] . — [ðə; ði] [lʌŋz] [ɑːr; ər] [tuː] [laɪt] ['spʌndʒi] ['bɑːdɪz] ['fɪlɪŋ] [ʌp][ðə; ði] ['greɪtər] [pɑːrt][ʌv; əv]

The	Lungs	.	—	The	lungs	are	two	light	spongy	bodies	filling	up	the	greater	part	of
这	肺	.	—	这	肺	是	二	光	海绵状的	身体	填充	向上	这	更大的	部分	的

[ðə; ði] [tʃest] .

the	chest	.
这	胸部	.

肺——肺是两个轻盈的海绵状器官，占据了胸腔的大部分空间。

[ðə; ði]
The
这

这

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 101]
[页 -]

[第101页]

[hɑːrt] [laɪz] [bɪˈtwiːn] [ðə; ði] [lʌŋz] .
heart lies between the lungs .
心 谎言 之间 这 肺 .

心脏位于两肺之间。

[ðə; ði] [lʌŋz] [ɑːr; ər] [fɔːrmd] [ˈlɑːrdʒli] [ʌv; əv][ˈθaʊzəndz, ˈθaʊzənz][ʌv; əv] [θɪn] - [wɔːld] [sæks][ænd; ənd] [tuː]
The lungs are formed largely of thousands of thin - walled sacs and two
这 肺 是 形成 很大程度上 的 数千 的 薄的 - 有围墙的 囊 和 二
[sets] [ʌv; əv] [tjʊb] .
sets of tubes .
套 的 管子 .

肺主要由数千个薄壁囊和两组管道组成。

[wʌn] [set] [ʌv; əv] [tjʊb] [ˈkæriz] [er] [ˈɪntuː][ænd; ənd] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] [lʌŋz] ,
One set of tubes carries air into and out of the lungs ,
一 放 的 管子 携带 空气 进入 和 出去 的 这 肺 ,

一组导管负责将空气输送进出肺部。

[ænd; ənd][ðə; ði] [ˈʌðər] [set] [ɪz] [fɪld] [wɪð; wɪθ] [blʌd] .
and the other set is filled with blood .
和 这 其他 放 是 已填 和 血 .

另一组则装满了血。

[ðiːz] [sæks][ænd; ənd] [tjʊb] [ɑːr; ər] [held] [ɪn] [pleɪs] [baɪ][ə; eɪ] [luːs] [ˈmeʃˌwɜːrk] [ʌv; əv] [ˈtɪʃuː] .
These sacs and tubes are held in place by a loose meshwork of tissue .
这些 囊 和 管子 是 握住 在 地方 经过 一个 松动的 网状物 的 组织 .

这些囊状物和管状物由松散的组织网固定到位。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðə; ði] [rɪbz] [ænd; ənd] [frʌnt] [wɔːl] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tʃest] [kʌt] [əˈweɪ] [tuː; tə] [ʃoʊ] [ðə; ði] [lʌŋz] .
54 — The ribs and front wall of the chest cut away to show the lungs .
- — 这 肋骨 和 正面 墙 的 这 胸部 切 离开 到 展示 这 肺 .

54 —切开肋骨和胸腔前壁，露出肺部。

[ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [wʌn] [lʌŋ] [ɪz] [kʌt] [ɔːf] [tuː; tə] [ʃoʊ] [ðə; ði] [hɑːrt] .
A piece of one lung is cut off to show the heart .
一个 片 的 一 肺 是 切 离开 到 展示 这 心 .

切掉一侧肺的一部分，露出心脏。

[ə; eɪ][ænd; ənd][iː] , [pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði] [ˈbrestboʊn] ; [ef] , [ˈdaɪəfræm] .
A and E , parts of the breastbone ; F , diaphragm .
一个 和 E , 部分 的 这 胸骨 ; F , 隔膜 .

A 和 E，胸骨的一部分；F，横膈膜。

[waɪ] [wiː; wi] [briːð] . — ['briːðɪŋ] [miːnz] ['teɪkɪŋ] [er] ['ɪntuː][ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] ['fɔːrsɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [aʊt]

Why	**we**	**Breathe**	**.**	**—**	**Breathing**	**means**	**taking**	**air**	**into**	**the**	**lungs**	**and**	**forcing**	**it**	**out**
为什么	我们	呼吸	.	—	呼吸	方法	采取	空气	进入	这	肺	和	强制	它	出去

.

:

.

我们为什么呼吸？——呼吸是指将空气吸入肺部，然后用力将其呼出。

[ðə; ði] [er] [ɪz] [meɪd] [tuː; tə][goʊ]['ɪntuː][ðə; ði] [lʌŋz] [ɪn]['ɔːrdər] [ðæt] [ə; eɪ][pɑːrt][ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː] [kɔːld] ['ɑːksɪdʒən]

The	**air**	**is**	**made**	**to**	**go**	**into**	**the**	**lungs**	**in**	**order**	**that**	**a**	**part**	**of**	**it**	**called**	**oxygen**
这	空气	是	制成	到	去	进入	这	肺	在	命令	那	一个	部分	的	它	称为	氧

[meɪ] [get] ['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] .

may	**get**	**into**	**the**	**blood**	**.**
可能	得到	进入	这	血	.

空气被输送到肺部，以便其中的氧气能够进入血液。

[ðə; ði] [blʌd] [ðen] ['kæriz] [ðə; ði]['ɑːksɪdʒən][tuː; tə][ɔːl][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] [wer] [ˌaɪ 'tiː][kæn; kən]

The	**blood**	**then**	**carries**	**the**	**oxygen**	**to**	**all**	**parts**	**of**	**the**	**body**	**where**	**it**	**can**
这	血	然后	携带	这	氧	到	全部	部分	的	这	身体	在哪里	它	能

[help] [ðə; ði] ['ɔrgənz] [duː][ðer; ðər] [wɜːrk] .

help	**the**	**organs**	**do**	**their**	**work**	**.**
帮助	这	器官	做	他们的	工作	.

血液随后将氧气输送到身体各个部位，帮助器官发挥其功能。

[fɪg] .

Fig **.**

如图 .

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv][ə; eɪ]['sæləmændər] , ['ʃoʊɪŋ] [ðə; ði][gils][ɑːn] ['iːðər] [saɪd][ʌv; əv][ðə; ði] [hed] ,

55	**—**	**Photograph**	**of**	**a**	**salamander**	**,**	**showing**	**the**	**gills**	**on**	**either**	**side**	**of**	**the**	**head**	**,**
-	—	照片	的	一个	蝾	,	显示	这	鳃	在	任何一个	边	的	这	头	,

55——一张蝾螈的照片，显示了头部两侧的鳃。

[wɪtʃ] [ɑːr; ər] [juːst] [ɪn] ['briːðɪŋ] .

which	**are**	**used**	**in**	**breathing**	**.**
哪个	是	用过的	在	呼吸	.

它们用于呼吸。

[ðə; ði] [er] [wɪtʃ] [kʌmz] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] [lʌŋz] [ɪz][nɑːt][ðə; ði] [seɪm] [æz; əz] [ðæt] [wɪtʃ] [goʊz] [ɪn] .

The	**air**	**which**	**comes**	**out**	**of**	**the**	**lungs**	**is**	**not**	**the**	**same**	**as**	**that**	**which**	**goes**	**in**	**.**
这	空气	哪个	来	出去	的	这	肺	是	不是	这	相同的	作为	那	哪个	去	在	.

从肺里呼出的空气与吸入的空气并不相同。

[sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði]['ɑːksɪdʒən][hæz; həz] [bɪn] [juːst] [ʌp][ænd; ənd][ɪn][ɪts] [pleɪs] [ɪz][ə; eɪ]['heviərðən'er][gæs]

Some	**of**	**the**	**oxygen**	**has**	**been**	**used**	**up**	**and**	**in**	**its**	**place**	**is**	**a**	**heavier**	**gas**
一些	的	这	氧	有	到过	用过的	向上	和	在	它是	地方	是	一个	较重	气体

[neɪmd] ['kɑːrbən][daɪ'ɑːksaɪd] ,

named	**carbon**	**dioxide**	**,**
命名	碳	二氧化硫	,

部分氧气被消耗掉，取而代之的是一种名为二氧化碳的较重气体。

[wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] ['gɪv(ə)n] [aʊt] [baɪ][ðə; ði]['bɑːdi] .

which	**has**	**been**	**given**	**out**	**by**	**the**	**body**	**.**
哪个	有	到过	给定	出去	经过	这	身体	.

这是身体分泌出来的物质。

[ðɪs] ['kɑːrbən][daɪ'ɑːksaɪd][ɪz][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [weɪst] [fɔːrmd] [ɪn] ['evri] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][frʌm; frəm]

This	carbon	dioxide	is	part	of	the	waste	formed	in	every	part	of	the	body	from
这	碳	二氧化硫	是	部分	的	这	浪费	形成	在	每一个	部分	的	这	身体	从

[ðə; ði] [juːst] - [ʌp] [fuːd] [ænd; ənd] ['daɪɪŋ] [pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

the	used	-	up	food	and	dying	parts	of	the	body	.
这	用过的	-	向上	食物	和	垂死	部分	的	这	身体	.

这种二氧化碳是人体各个部位产生的废物的一部分，来源于消耗掉的食物和垂死的身体组织。

[wiː; wi] [briːð] ['ðerfɔːr] [tuː; tə][get]['ɑːksɪdʒən]['ɪntuː][ðə; ði]['bɑːdi][ænd; ənd][tuː; tə] [teɪk] [aʊt][sʌm; səm]

We	breathe	therefore	to	get	oxygen	into	the	body	and	to	take	out	some
我们	呼吸	所以	到	得到	氧	进入	这	身体	和	到	拿	出去	一些

[ʌv; əv][ðə; ði] [weɪst] ['mætər] .

of	the	waste	matter	.
的	这	浪费	事情	.

因此，我们呼吸是为了将氧气输送到身体各处，并排出一些废物。

[ɔːl] ['ænɪmlz] [mʌst; məst] [briːð] .

All	animals	must	breathe	.
全部	动物	必须	呼吸	.

所有动物都需要呼吸。

[ɪf] ['aʊər; ɑːr] [breθ] [ɪz] [ʃʌt]

If	our	breath	is	shut
如果	我们的	气息	是	关闭

如果我们的呼吸停止了

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	102	]
[	页	-	]

[第102页]

[ɔːf]['oʊnli] [fɔːr] [ɔːr] [faɪv] ['mɪnɪts] , [deθ] [rɪ'zʌlts] .

off	only	four	or	five	minutes	,	death	results	.
离开	仅有的	四	或者	五	分钟	,	死亡	结果	.

哪怕只晚四五分钟，也会导致死亡。

[ɪn][ðə; ði] ['ɜːrθwɜːrm] [ðə; ði]['ɑːksɪdʒən][goʊz] [raɪt] [θruː] [ðə; ði][skɪn]['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] .

In	the	earthworm	the	oxygen	goes	right	through	the	skin	into	the	blood	.
在	这	蚯蚓	这	氧	去	正确的	通过	这	皮肤	进入	这	血	.

在蚯蚓体内，氧气直接穿过皮肤进入血液。

[bʌgz] [ænd; ənd] [flaɪz] [hæv; həv] ['sevrəl] ['lɪt(ə)l] ['oʊpənɪŋz] [ə'lɔːŋ] [ðə; ði] [saɪdz] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] [wɪtʃ]

Bugs	and	flies	have	several	little	openings	along	the	sides	of	the	body	which
漏洞	和	苍蝇	有	一些	小的	开口	沿着	这	侧面	的	这	身体	哪个

[liːd] ['ɪntuː] [tjʊb] ['bræntʃɪŋ] [θruː'aʊt] [ðə; ði]['bɑːdi][tuː; tə] ['kæri] [er] .

lead	into	tubes	branching	throughout	the	body	to	carry	air	.
带领	进入	管子	分枝	自始至终	这	身体	到	携带	空气	.

昆虫和苍蝇的身体两侧有许多小开口，这些开口通向遍布全身的管道，用于输送空气。

[ə; eɪ] [fɪʃ] [gets] [er] [θruː] [ɪts][gils] ['laɪɪŋ] ['ʌndər] [ə; eɪ]['boʊni][flæp][ɑːn] [iːtʃ] [saɪd][ʌv; əv][ðə; ði] [hed] .

A	fish	gets	air	through	its	gills	lying	under	a	bony	flap	on	each	side	of	the	head	.
一个	鱼	获得	空气	通过	它是	鳃	说谎	在下面	一个	骨质	瓣膜	在	每个	边	的	这	头	.

鱼通过位于头部两侧骨瓣下方的鳃来获取空气。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] ['wɪndpaɪp] [ænd; ənd] [lʌŋz] [vjuːd] [frʌm; frəm][ɪn] [frʌnt] .

56	—	The	windpipe	and	lungs	viewed	from	in	front	.
-	—	这	气管	和	肺	已查看	从	在	正面	.

56 —从正面观察气管和肺。

[ɑːn][ðə; ði] [raɪt] , [ðə; ði] ['tɪʃuː] [ɪz] [rɪ'muːvd] [tuː; tə] [ʃoʊ] [ðə; ði] [er] [tjʊb] .

On	the	right	,	the	tissue	is	removed	to	show	the	air	tubes	.
在	这	正确的	,	这	组织	是	已移除	到	展示	这	空气	管子	.

右侧，去除组织后露出气管。

[haʊ] [ðə; ði] [er] ['paːsiz] ['ɪntuː][ðə; ði] [lʌŋz] . — [ðə; ði] ['aʊtər] ['oʊpənɪŋz] [ʌv; əv][ðə; ði] [noʊz] [ɑːr; ər] [kɔːld]

How	the	Air	passes	into	the	Lungs	.	—	The	outer	openings	of	the	nose	are	called
如何	这	空气	通过	进入	这	肺	.	—	这	外	开口	的	这	鼻子	是	称为

['nɒstrəlz] .

nostrils	.
鼻孔	.

空气如何进入肺部——鼻子的外侧开口称为鼻孔。

[frʌm; frəm] [hɪr] [tuː] ['tʃænlz] [liːd] [bæk] [θruː] [ðə; ði] [noʊz] [tuː; tə][ðə; ði] [θroʊt] .

From	here	two	channels	lead	back	through	the	nose	to	the	throat	.
从	这里	二	频道	带领	后退	通过	这	鼻子	到	这	喉	.

从这里，有两条通道经由鼻腔通向咽喉。

[ðə; ði]['kævəti][ʌv; əv][ðə; ði] [θroʊt] [bɪ'haɪnd][ðə; ði] [noʊz] [ænd; ənd] [tʌŋ] [ɪz][ðə; ði] ['færɪŋks] .

The	cavity	of	the	throat	behind	the	nose	and	tongue	is	the	pharynx	.
这	空腔	的	这	喉	在后面	这	鼻子	和	舌头	是	这	咽	.

鼻子和舌头后面的喉咙腔叫做咽。

[æt; ət][ðə; ði] ['bɑːtəm] [ʌv; əv][ðə; ði] ['færɪŋks] [ɪz][ə; eɪ] [tuːb] [meɪd] ['moʊstli][ʌv; əv] ['grɪsl] .

At	the	bottom	of	the	pharynx	is	a	tube	made	mostly	of	gristle	.
在	这	底部	的	这	咽	是	一个	管子	制成	大多	的	脆骨	.

咽部底部是一条主要由软骨构成的管道。

[ðɪs] [tuːb] [ɪz]['lɑːrdʒər][ðæn; ðən][jʊr; jər] [θʌm] [ænd; ənd][ɪz] [neɪmd] [ðə; ði]['lærɪŋks] , [ɔːr] [vɔɪs] [bɑːks] .

This	tube	is	larger	than	your	thumb	and	is	named	the	larynx	,	or	voice	box	.
这	管子	是	更大的	比	你的	拇指	和	是	命名	这	喉	,	或者	嗓音	盒子	.

这根管子比你的拇指还粗，叫做喉，或者叫声带。

[ðə; ði] [bʌmp] [ɑːn][ɪts] [frʌnt] [pɑːrt][fɔːrmz][ðə; ði] [lʌmp] [ɪn][ðə; ði] [θroʊt] [kɔːld] [ðə; ði] ['ædəmz] ['æp(ə)l] .

The	bump	on	its	front	part	forms	the	lump	in	the	throat	called	the	Adam's	Apple	.
这	撞	在	它是	正面	部分	表格	这	块	在	这	喉	称为	这	亚当的	苹果	.

它前端的凸起形成了喉咙里的肿块，称为喉结。

[frʌm; frəm][ðə; ði] [vɔɪs] [bɑːks][ɪk'stendz; ek'stendz][ðə; ði] ['wɪndpaɪp] [kɔːld]

From	the	voice	box	extends	the	windpipe	called
从	这	嗓音	盒子	扩展	这	气管	称为

从声带延伸出称为气管的器官。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	103	]
[	页	-	]

[第103页]

['treɪkiə] , [daʊn] [tuː; tə][ðə; ði] [lʌŋz] .

trachea	,	down	to	the	lungs	.
气管	,	向下	到	这	肺	.

从气管一直延伸到肺部。

[ðə; ði] ['wɪndpaɪp] [di'vaidz] [æt; ət][ɪts] ['loʊər] [end] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] [lʌŋz] ['ɪntuː] [tuː] ['bræntʃɪz] .

The	windpipe	divides	at	its	lower	end	between	the	lungs	into	two	branches	.
这	气管	分割	在	它是	降低	结尾	之间	这	肺	进入	二	分支	.

气管下端在两肺之间分为两个分支。

[wʌn] [ʌv; əv] [ðiːz] ['entərz] [iːtʃ] [lʌŋ] .

One	of	these	enters	each	lung	.
一	的	这些	进入	每个	肺	.

其中一根进入每个肺。

[ðə; ði] [er] [tjʊb] [ɪn][ðə; ði] [lʌŋz] . — [æz; əz][ðə; ði] [bræntʃ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['wɪndpaɪp] ['entərz] [i:tʃ] [lʌŋ]

The	Air	Tubes	in	the	Lungs	.	—	As	the	branch	of	the	windpipe	enters	each	lung
这	空气	管子	在	这	肺	.	—	作为	这	分支	的	这	气管	进入	每个	肺

[ˌaɪ 'ti:] [di'vaidz] ['ɪntu:] ['smɔ:lər] ['bræntʃɪz] [dʒʌst] [laɪk] [ðə; ði] [lɪmz] [ʌv; əv][ə; eɪ] [tri:] .

it	divides	into	smaller	branches	just	like	the	limbs	of	a	tree	.
它	分割	进入	较小的	分支	只是	喜欢	这	四肢	的	一个	树	.

肺中的气管——气管分支进入每个肺时，会像树枝一样分成更小的分支。

[ði:z] [dɪ'vaɪd] ['ɪntu:] [stɪl] ['smɔ:lər] [tjʊb] ,

These	divide	into	still	smaller	tubes	,
这些	划分	进入	仍然	较小的	管子	,

这些管子还会分成更小的管子，

[wɪtʃ] [bræntʃ] [ə'gen] [ænd; ənd] [ə'gen] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑ:r; ər][æz; əz] [smɔ:l] [æz; əz][ə; eɪ] [her] .

which	branch	again	and	again	until	they	are	as	small	as	a	hair	.
哪个	分支	再次	和	再次	直到	他们	是	作为	小的	作为	一个	头发	.

它们不断分叉，直到细如发丝。

[ði:z] ['hɛəlaik] [tjʊb] [hæv; həv] ['swoʊlən] ['ɛndz] [kɔ:ld] [er] [sæks] .

These	hairlike	tubes	have	swollen	ends	called	air	sacs	.
这些	毛发状	管子	有	肿	结束	称为	空气	囊	.

这些毛发状的管子末端膨大，称为气囊。

[ðə; ði] [wɔ:lz] [ʌv; əv][ðə; ði] [er] [sæks][ɑ:r; ər] [mʌtʃ] ['θɪnər] [ðæn; ðən] ['tɪʃu:] ['peɪpər] .

The	walls	of	the	air	sacs	are	much	thinner	than	tissue	paper	.
这	墙壁	的	这	空气	囊	是	很多	更薄	比	组织	纸	.

气囊壁比纸巾薄得多。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [bʌntʃ] [ʌv; əv] [er] ['sɛlz] [æt; ət][ðə; ði] [end] [ʌv; əv][æn; ən] [er] [tu:b] [ɪn][ðə; ði] [lʌŋz] ,

57	—	A	bunch	of	air	cells	at	the	end	of	an	air	tube	in	the	lungs	,
-	—	一个	束	的	空气	细胞	在	这	结尾	的	一个	空气	管子	在	这	肺	,

57——肺部气管末端的一组气囊，

['ʃoʊɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] [wɪtʃ] [rɪ'si:v] [ðə; ði]['ɑ:ksɪdʒən][ænd; ənd] [gɪv] [aʊt] [ðə; ði]['kɑ:rbən]

showing	the	blood	vessels	which	receive	the	oxygen	and	give	out	the	carbon
显示	这	血	船只	哪个	收到	这	氧	和	给	出去	这	碳

[daɪ'ɑ:ksaɪd] .

dioxide	.
二氧化硫	.

图中显示了接收氧气和释放二氧化碳的血管。

[haʊ] [ðə; ði] [blʌd] [treɪdz] [weɪst] [fɔ:r; fər]['ɑ:ksɪdʒən][ɪn][ðə; ði] [lʌŋz] . — [ðə; ði] [blʌd] ,

How	the	Blood	trades	Waste	for	Oxygen	in	the	Lungs	.	—	The	blood	,
如何	这	血	交易	浪费	为了	氧	在	这	肺	.	—	这	血	,

血液如何在肺部将废物转化为氧气。——血液，

[wɪtʃ] [ɪz] ['kɑ:nstəntli] ['rʌnɪŋ] [frʌm; frəm][ɔ:l][pɑ:rts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di][tu:; tə][ðə; ði] [lʌŋz] ,

which	is	constantly	running	from	all	parts	of	the	body	to	the	lungs	,
哪个	是	不断地	跑步	从	全部	部分	的	这	身体	到	这	肺	,

它不断地从身体各个部位流向肺部，

[kə'lekts] [weɪst] [fɔ:rmd] [frʌm; frəm][ðə; ði][bɜ:rnt] [fu:d] [ænd; ənd] ['daɪɪŋ] [pɑ:rts][ʌv; əv][ðə; ði] ['ɔrgənz] .

collects	waste	formed	from	the	burnt	food	and	dying	parts	of	the	organs	.
收集	浪费	形成	从	这	烧焦的	食物	和	垂死	部分	的	这	器官	.

收集食物燃烧产生的废物和器官坏死部分。

[wen] [ðə; ði] [blʌd] [kʌmz] [tuː; tə][ðə; ði] [lʌŋz] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [fʊl] [ʌv; əv] [ðɪs] [weɪst] , [kɔːld] ['kɑːrbən]
When the blood comes to the lungs , it is full of this waste , called carbon
什么时候 这 血 来 到 这 肺 , 它 是 满的 的 这 浪费 , 称为 碳
[daɪ'ɑːksaɪd] .
dioxide .
二氧化硫 .

当血液流向肺部时，其中充满了这种叫做二氧化碳的废物。

[ðə; ði] [blʌd] [tjʊb] [dɪ'vaɪd]
The blood tubes divide
这 血 管子 划分

血管分裂

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 104]
[页 -]

[第104页]

['ɪntuː] [faɪn] ['bræntʃɪz] [wɪð; wɪθ] ['veri] [θɪn] [wɔːlz] [ænd; ənd] [fɔːrm] [ə; eɪ] [rɪtʃ] ['netwɜːrk] ['oʊvər] [ðə; ði] [er]
into fine branches with very thin walls and form a rich network over the air
进入 美好的 分支 和 非常 薄的 墙壁 和 形式 一个 富有的 网络 超过 这 空气
[sæks] .
sacs .
囊 .

分成壁很薄的细枝，在气囊上形成丰富的网状结构。

[ðɪs] [ə'laʊz] [ðə; ði] ['kɑːrbən] [daɪ'ɑːksaɪd] [ænd; ənd] ['wɔːtər] [tuː; tə] [pæs] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [blʌd] [tjʊb] ['ɪntuː]
This allows the carbon dioxide and water to pass out of the blood tubes into
这 允许 这 碳 二氧化硫 和 水 到 经过 出去 的 这 血 管子 进入
[ðə; ði] [er] [sæks] ,
the air sacs ,
这 空气 囊 ,

这样一来，二氧化碳和水就能从血管进入肺泡。

[waɪl] [ðə; ði] ['ɑːksɪdʒən] [æt; ət] [ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [goʊz] [θruː] ['ɪntuː] [ðə; ði] [blʌd] .
while the oxygen at the same time goes through into the blood .
尽管 这 氧 在 这 相同的 时间 去 通过 进入 这 血 .

与此同时，氧气进入血液。

[mɔːr] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] [paɪnt] [ʌv; əv] ['wɔːtər] [ɪz] ['gɪv(ə)n] [ɔːf] [ɪn] [ðə; ði] [breθ] ['deɪli] .
More than a pint of water is given off in the breath daily .
更多的 比 一个 品脱 的 水 是 给定 离开 在 这 气息 日常的 .

每天通过呼吸排出的水量超过一品脱。

[haʊ] [wiː; wi] [briːð] . — [ðə; ði] ['bɑːtəm] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tʃest] ['kævəti] [ɪz] [fɔːrmd] [baɪ] [æn; ən] ['ʌpwərd]
How we Breathe . — The bottom of the chest cavity is formed by an upward
如何 我们 呼吸 . — 这 底部 的 这 胸部 空腔 是 形成 经过 一个 向上
['ɑːrtʃɪŋ] [ʃiːt] [ʌv; əv] ['mʌs(ə)l] [kɔːld] [ðə; ði] ['daɪəfræm] .
arching sheet of muscle called the diaphragm .
拱形 床单 的 肌肉 称为 这 隔膜 .

我们如何呼吸——胸腔底部是由一块向上拱起的肌肉片构成，称为膈肌。

[ðɪs] [ɪz] ['fɑːsənd] [tuː; tə] [ðə; ði] ['loʊər] [rɪbz] .
This is fastened to the lower ribs .
这 是 系紧 到 这 降低 肋骨 .

它固定在下肋骨上。

[ðə; ði] [rɪbz] [æt; ət] [rest] [slænt] ['daʊnwərd] [ænd; ənd] ['ɪnwərd] .
The ribs at rest slant downward and inward .
这 肋骨 在 休息 倾斜 向下 和 向内 .

肋骨在静止状态下向下向内倾斜。

[wen] [ðə; ði] [rɪbz] [ɑːr; ər] [pʊld] [ʌp] [ɔːr] [ðə; ði] [ɑːrtʃ] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['daɪəfræm] [daʊn] ,

When	the	ribs	are	pulled	up	or	the	arch	of	the	diaphragm	down	,
什么时候	这	肋骨	是	拉	向上	或者	这	拱	的	这	隔膜	向下	,

当肋骨向上拉起或横膈膜向下弯曲时，

[ðə; ði] ['kævəti] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tʃest] [bɪ'kʌmz] ['lɑːrdʒər] .

the	cavity	of	the	chest	becomes	larger	.
这	空腔	的	这	胸部	变成	更大的	.

胸腔容积增大。

[ðə; ði] [er] [ðen] [rʌnz] ['ɪntuː] [ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] [swelz] [ðem; ðəm] [aʊt] .

The	air	then	runs	into	the	lungs	and	swells	them	out	.
这	空气	然后	跑步	进入	这	肺	和	涌浪	他们	出去	.

空气随后进入肺部，使肺部膨胀。

[wen] [ðə; ði] [rɪbz] [ɑːr; ər] [let] [drɑːp] [ɔːr] [ðə; ði] [ɑːrtʃ] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['daɪəfræm] [goʊz] [ʌp] ,

When	the	ribs	are	let	drop	or	the	arch	of	the	diaphragm	goes	up	,
什么时候	这	肋骨	是	让	降低	或者	这	拱	的	这	隔膜	去	向上	,

当肋骨下垂或横膈膜拱起时，

[ðə; ði] [er] [ɪz] [pʊʃt] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [lʌŋz] .

the	air	is	pushed	out	of	the	lungs	.
这	空气	是	推动	出去	的	这	肺	.

空气被排出肺部。

[wɪ'ðaʊt] ['θɪŋkɪŋ] , [wiː; wi] [wɜːrk] [ðə; ði] ['mʌslz] [tuː; tə] [drɔː] [ʌp] [ðə; ði] [rɪbz] [ə'baʊt] [ˌeɪ'tiːn] [taɪmz]

Without	thinking	,	we	work	the	muscles	to	draw	up	the	ribs	about	eighteen	times
没有	思维	,	我们	工作	这	肌肉	到	画	向上	这	肋骨	关于	十八	时代

['evri] ['mɪnɪt] ,

every	minute	,
每一个	分钟	,

我们无需思考，每分钟就会不自觉地调动肌肉向上收缩肋骨约十八次。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ɔːl] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] [ɑːr; ər] ['kɔːlɪŋ] [fɔːr; fər] ['ɑːksɪdʒən] .

because	all	parts	of	the	body	are	calling	for	oxygen	.
因为	全部	部分	的	这	身体	是	呼叫	为了	氧	.

因为身体各个部位都需要氧气。

[ðə; ði] ['hɑːrdər] [wiː; wi] [wɜːrk] [ðə; ði] ['ɒf(tə)n] [wiː; wi] [briːð] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðə; ði] ['mʌslz] [niːd] [mɔːr]

The	harder	we	work	the	oftener	we	breathe	because	the	muscles	need	more
这	更难	我们	工作	这	更频繁	我们	呼吸	因为	这	肌肉	需要	更多的

['ɑːksɪdʒən] [tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm] [goʊ] .

oxygen	to	make	them	go	.
氧	到	制作	他们	去	.

我们工作越努力，呼吸就越频繁，因为肌肉需要更多的氧气才能活动。

[waɪ] [wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [briːð] [θruː] [ðə; ði] [noʊz] . — [moʊst] ['pɝːsənz] [faɪnd] [ˌaɪ 'tiː] ['iːzi] [tuː; tə]

Why	we	should	breathe	through	the	Nose	.	—	Most	persons	find	it	easy	to
为什么	我们	应该	呼吸	通过	这	鼻子	.	—	最多	人	寻找	它	简单的	到

[briːð] [θruː] [ðə; ði] [noʊz] .

breathe	through	the	nose	.
呼吸	通过	这	鼻子	.

为什么我们应该用鼻子呼吸？——大多数人都觉得用鼻子呼吸很容易。

[ɪn] [sʌm; səm] , [haʊ'evər] , [ðə; ði] ['pæsədʒəz, 'pæsɪdʒɪz] [ɪn] [ðə; ði] [noʊz] [ɑːr; ər] [tuː] [smɔːl] [tuː; tə] ['kæri] [ðə; ði]

In	some	,	however	,	the	passages	in	the	nose	are	too	small	to	carry	the
在	一些	,	然而	,	这	段落	在	这	鼻子	是	也	小的	到	携带	这

[er] [wɪ'ðaʊt] ['efərt] .

air	without	effort	.
空气	没有	努力	.

然而，在某些人身上，鼻腔内的通道太小，无法毫不费力地输送空气。

[ɑːn] [ðɪs] [əˈkaʊnt] [ðeɪ] [let] [ðə; ði] [maʊθ] [hæŋ] [ˈoʊpən] [ænd; ənd] [briːð] [θruː] [ˌaɪ ˈtiː] .

On	this	account	they	let	the	mouth	hang	open	and	breathe	through	it	.
在	这	帐户	他们	让	这	嘴	悬挂	打开	和	呼吸	通过	它	.

因此，他们会张开嘴巴，通过嘴巴呼吸。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [feɪs] [kʌt] [θruː] [ðə; ði] [ˈmɪd(ə)l] [tuː; tə] [ʃoʊ] [haʊ] [ðə; ði] [ˈædənɔɪdz] [stɑːp] [ðə; ði] [er] [frʌm; frəm]

58	—	Face	cut	through	the	middle	to	show	how	the	adenoids	stop	the	air	from
-	—	脸	切	通过	这	中间	到	展示	如何	这	腺样体	停止	这	空气	从

[ˈpæsɪŋ] [θruː] [ðə; ði] [noʊz] .

passing	through	the	nose	.
通过	通过	这	鼻子	.

58 —从脸部中间切开，显示腺样体如何阻止空气通过鼻子。

[ˈærəus] [ʃoʊ] [ðə; ði] [kɔːrs] [wɪtʃ] [ðə; ði] [er] [ʃʊd; ʃəd] [teɪk] .

Arrows	show	the	course	which	the	air	should	take	.
箭头	展示	这	课程	哪个	这	空气	应该	拿	.

箭头指示空气的流动方向。

[ðə; ði] [er] [ʃʊd; ʃəd] [pæs] [ˈoʊnli] [θruː] [ðə; ði] [noʊz] [bɪˈkəz, bɪˈkɔːz] [ˌaɪ ˈtiː] [ɪz] [laɪnd] [wɪð; wɪθ] [her] [ænd; ənd]

The	air	should	pass	only	through	the	nose	because	it	is	lined	with	hairs	and
这	空气	应该	经过	仅有的	通过	这	鼻子	因为	它	是	衬里	和	头发	和

[ˈtaɪni] [ˈweɪvɪŋ] [θredz] [wɪtʃ]

tiny	waving	threads	which
微小的	挥手	线程	哪个

空气应该只通过鼻腔，因为鼻腔内壁覆盖着毛发和细小的卷曲丝状物，

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	105	]
[	页	-	]

[第105页]

[kætʃ] [ðə; ði] [dʌst] .

catch	the	dust	.
抓住	这	灰尘	.

捕捉灰尘。

[ɪn] [ðɪs] [wei] [dʒəːmz] [ænd; ənd] [dɜːrt] [ɑːr; ər] [priˈventid] [frʌm; frəm] [ˈgetɪŋ] [ˈɪntuː] [ðə; ði] [θroʊt] [ænd; ənd]

In	this	way	germs	and	dirt	are	prevented	from	getting	into	the	throat	and
在	这	方式	细菌	和	污垢	是	阻止	从	获得	进入	这	喉	和

[lʌŋz] ,

lungs	,
肺	,

这样就能防止细菌和污垢进入喉咙和肺部。

[ænd; ənd] [ɪn] [ˈwɪntər] [ðə; ði] [koʊld] [er] [ɪz] [wɔːmd] .

and	in	winter	the	cold	air	is	warmed	.
和	在	冬天	这	寒冷的	空气	是	温暖	.

冬天，寒冷的空气会被加热。

[waɪ] [sʌm; səm] [ˈtʃɪldrən] [ˈkænɑːt] [briːð] [θruː] [ðə; ði] [noʊz] . — [wen] [wʌn] [hæz; həz] [ə; eɪ] [koʊld] ,

Why	Some	Children	cannot	breathe	through	the	Nose	.	—	When	one	has	a	cold	,
为什么	一些	孩子们	不能	呼吸	通过	这	鼻子	.	—	什么时候	一	有	一个	寒冷的	,

为什么有些孩子无法用鼻子呼吸？——当一个人感冒时，

[ðə; ði] ['laɪnɪŋ] [ʌv; əv] [ðə; ði] [noʊz] [bɪ'kʌmz] ['swoʊlən] [ænd; ənd] ['gɪvz] [aʊt] [ə; eɪ] [waɪt] ['sʌbstəns] [kɔːld]

the	lining	of	the	nose	becomes	swollen	and	gives	out	a	white	substance	called
这	衬垫	的	这	鼻子	变成	肿	和	给予	出去	一个	白色的	物质	称为

['mjuːkəs] .

mucus	.
粘液	.

鼻腔内壁肿胀，并分泌出一种叫做粘液的白色物质。

[ðə; ði] ['swelɪŋ] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['laɪnɪŋ] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['mjuːkəs] [fɪl] [ʌp] [ðə; ði] ['pæsədʒəz, 'pæsɪdʒɪz] .

The	swelling	of	the	lining	and	the	mucus	fill	up	the	passages	.
这	肿胀	的	这	衬垫	和	这	粘液	充满	向上	这	段落	.

内壁肿胀，黏液充满通道。

[ðə; ði] [noʊz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] [kliːn] [baɪ] ['juːzɪŋ] [ə; eɪ] ['hæŋkərtʃɪf] [ænd; ənd] ['bloʊɪŋ] [aʊt] [ðə; ði]

The	nose	should	be	kept	clean	by	using	a	handkerchief	and	blowing	out	the
这	鼻子	应该	是	保留	干净的	经过	使用	一个	手帕	和	吹	出去	这

['mjuːkəs]['ɪntuː][ˌaɪ 'tiː] .

mucus	into	it	.
粘液	进入	它	.

应该用手帕擦拭鼻子，将鼻涕擤到手帕里，保持鼻子清洁。

['nevər] [pʊt] [ðə; ði] ['fɪŋgər] ['ɪntuː] [ðə; ði] [noʊz] .

Never	put	the	finger	into	the	nose	.
绝不	放	这	手指	进入	这	鼻子	.

永远不要把手指伸进鼻子里。

[dɪ'ziːz] [dʒəːmz]['ɔːf(ə)n] [get] [ɑːn] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] [frʌm; frəm] [θɪŋz] [tʌtʃt] .

Disease	germs	often	get	on	the	fingers	from	things	touched	.
疾病	细菌	经常	得到	在	这	手指	从	事物	感动	.

致病细菌经常通过接触物品沾染到手指上。

['tʃɪldrən] [huː] [hæv; həv] [ðə; ði] ['hæbɪt] [ʌv; əv] ['briːðɪŋ] [θruː] [ðə; ði] [maʊθ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [ɪg'zæmɪnd]

Children	who	have	the	habit	of	breathing	through	the	mouth	should	be	examined
孩子们	WHO	有	这	习惯	的	呼吸	通过	这	嘴	应该	是	检查

[baɪ] [ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] .

by	a	physician	.
经过	一个	医生	.

有张口呼吸习惯的儿童应该由医生进行检查。

[hiː; hi]

He
他

他

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	106	]
[	页	-	]

[第106页]

[wɪl] , [ɪn] [moʊst] ['keɪsɪz] , [faɪnd] [sɔːft] ['spʌndʒi] [groʊθ] [kɔːld] ['ædənɔɪdz] [ɪn] [ðə; ði] [bæk] [pɑːrt] [ʌv; əv] [ðə; ði]

will	,	in	most	cases	,	find	soft	spongy	growths	called	adenoids	in	the	back	part	of	the
将要	，	在	最多	案例	，	寻找	柔软的	海绵状的	增长	称为	腺样体	在	这	后退	部分	的	这

[noʊz] .

nose	.
鼻子	.

大多数情况下，会在鼻腔后部发现称为腺样体的柔软海绵状增生组织。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [rɪ'muːvd] [æz; əz] [suːn] [æz; əz] ['pɑːsəb(ə)l] .

They	should	always	be	removed	as	soon	as	possible	.
他们	应该	总是	是	已移除	作为	很快	作为	可能的	.

应该尽快清除。

[ðeɪ] [meɪ] [kɔːz] [dɪˈziːz] [ɔːr] [ˈdefnəs] [ænd; ənd] [meɪ] [ˈiːv(ə)n][ˈɪndʒər][ðə; ði][maɪnd] .

They	**may**	**cause**	**disease**	**or**	**deafness**	**and**	**may**	**even**	**injure**	**the**	**mind**	**.**
他们	可能	原因	疾病	或者	耳聋	和	可能	甚至	损伤	这	头脑	.

它们可能导致疾病或耳聋，甚至可能损害大脑。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [vjuː] [ʌv; əv][ðə; ði] [vɔɪs] [bɑːks][frʌm; frəm][ðə; ði][tɑːp] .

59	**—**	**A**	**view**	**of**	**the**	**voice**	**box**	**from**	**the**	**top**	**.**
-	—	一个	看法	的	这	嗓音	盒子	从	这	顶部	.

59 —从上方看到的声带。

[ðə; ði] [vɔɪs] . — [ɪn][ðə; ði] [ˈʌpər] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [vɔɪs] [bɑːks][æt; ət][ðə; ði][tɑːp][ʌv; əv][ðə; ði] [ˈwɪndpaɪp]

The	**Voice**	**.**	**—**	**In**	**the**	**upper**	**part**	**of**	**the**	**voice**	**box**	**at**	**the**	**top**	**of**	**the**	**windpipe**
这	嗓音	.	—	在	这	上	部分	的	这	嗓音	盒子	在	这	顶部	的	这	气管

[ɪz][ə; eɪ][foʊld][ʌv; əv] [ˈtɪʃuː] [stretʃt] [ɑːn] [ˈiːðər] [saɪd] .

is	**a**	**fold**	**of**	**tissue**	**stretched**	**on**	**either**	**side**	**.**
是	一个	折叠	的	组织	拉伸	在	任何一个	边	.

声音——在喉部上方、气管顶端，有一层向两侧拉伸的组织褶皱。

[ðiːz] [tuː] [foʊldz][ʌv; əv] [ˈtɪʃuː] [fɔːrm][ðə; ði]['voʊk(ə)l][kɔːrdz] .

These	**two**	**folds**	**of**	**tissue**	**form**	**the**	**vocal**	**cords**	**.**
这些	二	折叠	的	组织	形式	这	声乐	绳索	.

这两层组织构成了声带。

[ðə; ði] [er] [ˈrʌʃɪŋ] [pæst][ðem; ðəm] [ˈkɔːzɪz] [saʊnd] .

The	**air**	**rushing**	**past**	**them**	**causes**	**sound**	**.**
这	空气	匆忙	过去的	他们	原因	声音	.

空气从它们身边呼啸而过，产生声音。

[ðə; ði] [ˈdɪfrənt] [saʊndz] [ɑːr; ər] [meɪd] [baɪ] [ˈstretʃɪŋ] [ðə; ði][kɔːrdz] [taɪt] [ɔːr] [ˈluːsli] .

The	**different**	**sounds**	**are**	**made**	**by**	**stretching**	**the**	**cords**	**tight**	**or**	**loosely**	**.**
这	不同的	声音	是	制成	经过	伸展	这	绳索	紧的	或者	松散地	.

通过拉紧或放松琴弦，可以发出不同的声音。

[baɪ] [miːnz] [ʌv; əv][ðə; ði] [tʌŋ] , [tiːθ] , [ænd; ənd][lɪps][ðə; ði] [saʊnd] [ɪz] [fɔːrmd] [ˈɪntuː][wɜːrdz] .

By	**means**	**of**	**the**	**tongue**	**,**	**teeth**	**,**	**and**	**lips**	**the**	**sound**	**is**	**formed**	**into**	**words**	**.**
经过	方法	的	这	舌头	,	牙齿	,	和	嘴唇	这	声音	是	形成	进入	字	.

通过舌头、牙齿和嘴唇，声音被发出并组成词语。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	**Pg**	**107**	**]**
[	页	-	]

[第107页]

[haʊ] [tuː; tə][juːz][ðə; ði] [vɔɪs] . — [ə; eɪ][koʊld][ɔːr] [mʌtʃ] ['ʃaʊtɪŋ] [meɪks] [ðə; ði]['voʊk(ə)l][kɔːrdz] [swel]

How	**to**	**use**	**the**	**Voice**	**.**	**—**	**A**	**cold**	**or**	**much**	**shouting**	**makes**	**the**	**vocal**	**cords**	**swell**
如何	到	使用	这	嗓音	.	—	一个	寒冷的	或者	很多	喊叫	制作	这	声乐	绳索	膨胀

[ænd; ənd][wiː; wi] [bɪˈkʌm] [hɔːrs] .

and	**we**	**become**	**hoarse**	**.**
和	我们	变得	嘶哑	.

如何使用嗓音——感冒或大声喊叫会导致声带肿胀，使我们声音嘶哑。

[rest] [ɪz][ðə; ði] [best] [kjʊr] .

Rest	**is**	**the**	**best**	**cure**	**.**
休息	是	这	最好的	治愈	.

休息是最好的良药。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][nɑːt][pəˈlaɪt][tuː; tə] [ʃaʊt] [ɔːr] [ˈwɪs(ə)l] [ɪn][ðə; ði] [haʊs] [ænd; ənd][juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd] [ˈnevər] [juːz]

It	is	not	polite	to	shout	or	whistle	in	the	house	and	you	should	never	use
它	是	不是	有礼貌的	到	喊	或者	哨	在	这	房子	和	你	应该	绝不	使用

[æn; ən][ˈæŋgri] [toʊn] [ʌv; əv] [vɔɪs] .

an	angry	tone	of	voice	.
一个	生气的	语气	的	嗓音	.

在屋里大声喧哗或吹口哨是不礼貌的，而且绝对不能用愤怒的语气说话。

[wen] [ˈtɔːkɪŋ] [tuː; tə][ə; eɪ][ˈpɜːrs(ə)n] ,

When	talking	to	a	person	,
什么时候	说	到	一个	人	,

与人交谈时，

[ˈɔːlweɪz] [spiːk] [dɪˈstɪŋktli] [bʌt; bət] [ˈplezntli] [ænd; ənd][tɜːrn][jʊr; jər] [feɪs] [tɔːrd] [hɪz; ɪz][ænd; ənd] [lʊk]

always	speak	distinctly	but	pleasantly	and	turn	your	face	toward	his	and	look
总是	说话	明显地	但	愉快	和	转动	你的	脸	朝向	他的	和	看

[dəˈrektli; daɪˈrektli][ˈɪntuː][hɪz; ɪz] [aɪz] .

directly	into	his	eyes	.
直接地	进入	他的	眼睛	.

说话要清晰但语气要和蔼，脸要转向他，直视他的眼睛。

[ˈnevər] [juːz][ə; eɪ] [hɑːrʃ] , [laʊd] [toʊn] [ʌv; əv] [vɔɪs] .

Never	use	a	harsh	,	loud	tone	of	voice	.
绝不	使用	一个	残酷的	,	大声	语气	的	嗓音	.

切勿使用刺耳、大声的语气说话。

[waɪ] [juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][nɑːt][spɪt][ɑːn] [flɔːrz] [ɔːr] [ˈsaɪdwɔːk] . — [wiː; wi] [juːst] [tuː; tə] [θɪŋk] [ðæt] [ˈeni] [wʌn]

Why	you	should	not	spit	on	Floors	or	Sidewalks	.	—	We	used	to	think	that	any	one
为什么	你	应该	不是	吐	在	楼层	或者	人行道	.	—	我们	用过的	到	思考	那	任何	一

[wel] [hæd; həd][noʊ][dʒəːmz][ʌv; əv] [ˈsɪknəs] [ɪn][hɪz; ɪz] [maʊθ] ,

well	had	no	germs	of	sickness	in	his	mouth	,
出色地	有	不	细菌	的	疾病	在	他的	嘴	,

为什么不应该在地板或人行道上吐痰——我们过去认为，任何健康的人嘴里都不会有病菌，

[bʌt; bət][wiː; wi] [naʊ] [noʊ] [ðæt] [ˈmeni] [wel] [ˈpɝːsənz] [hæv; həv][dʒəːmz][ɪn][ðer; ðər] [maʊðz] [wɪtʃ]

but	we	now	know	that	many	well	persons	have	germs	in	their	mouths	which
但	我们	现在	知道	那	许多	出色地	人	有	细菌	在	他们的	嘴	哪个

[kæn; kən] [kɔːz] [lɔːŋ] [ˈsɪknəs] [wen] [ðeɪ] [get][ˈɪntuː] [ˈʌðər] [ˈpɝːsənz] .

can	cause	long	sickness	when	they	get	into	other	persons	.
能	原因	长的	疾病	什么时候	他们	得到	进入	其他	人	.

但我们现在知道，很多健康人的口腔中都含有细菌，这些细菌一旦传染给其他人，就会导致长期疾病。

[ɪf] [juː; jʊ][ɑːr; ər] [sɪk] [wɪð; wɪθ][dɪfˈθɪriəˌdɪpˈθɪriə] , [ˈskɑːrlət][ˈfiːvər] , [ɔːr] [sɔːr] [θroʊt] ,

If	you	are	sick	with	diphtheria	,	scarlet	fever	,	or	sore	throat	,
如果	你	是	生病的	和	白喉	,	猩红	发烧	,	或者	疮	喉	,

如果您患有白喉、猩红热或咽喉痛，

[ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv][ðə; ði] [dɪˈziːz] [ɑːr; ər] [ˈlaɪkli] [tuː; tə] [rɪˈmeɪn] [ɪn][jʊr; jər] [maʊθ] [tuː] [ɔːr] [θriː]

the	germs	of	the	disease	are	likely	to	remain	in	your	mouth	two	or	three
这	细菌	的	这	疾病	是	可能	到	保持	在	你的	嘴	二	或者	三

[mʌnθs] .

months	.
几个月	.

这种疾病的病菌很可能在你的口腔中停留两到三个月。

[ˈpɝːsənz] [wɪð; wɪθ][tuːˌbɜːrkjəˈloʊsɪs] [θroʊ] [aʊt] [ˈmɪljənz] [ʌv; əv] [ðiːz] [dʒəːmz][ɪn][ðer; ðər][spɪt] [ˈevri] [deɪ]

Persons	with	tuberculosis	throw	out	millions	of	these	germs	in	their	spit	every	day
人	和	结核	扔	出去	百万	的	这些	细菌	在	他们的	吐	每一个	天

.

:

.

肺结核患者每天通过唾液排出数百万个结核杆菌。

['spɪtɪŋ] [ɪz][nɑːt]['oʊnli][æn; ən] [ˌʌn'kliːn] ['hæbɪt][bʌt; bət][ə; eɪ] ['dedli] [kɜːrs] .

Spitting	is	not	only	an	unclean	habit	but	a	deadly	curse	.
吐痰	是	不是	仅有的	一个	不洁	习惯	但	一个	致命	诅咒	.

吐痰不仅是不卫生的习惯，而且是一种致命的诅咒。

[spɪt] ['ɔːf(ə)n] [kən'teɪnz] [ðə; ði] [siːdz] [ʌv; əv] [deθ] .

Spit	often	contains	the	seeds	of	death	.
吐	经常	包含	这	种子	的	死亡	.

唾液中往往含有死亡的种子。

['wɪmənz] [skəːts][ænd; ənd][ðə; ði] [səʊls] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] [ʃuːz] ['kæri] [ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ðə; ði] ['haʊzɪz] .

Women's	skirts	and	the	soles	of	our	shoes	carry	it	into	the	houses	.
女性的	裙子	和	这	鞋底	的	我们的	鞋	携带	它	进入	这	房屋	.

女人的裙子和鞋底会将它带进屋里。

[ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] [draɪ] , [bʌt; bət][ðə; ði][dʒəːmz][lɪv; laɪv][ænd; ənd] [floʊt] [ə'baʊt] [ɪn][ðə; ði] [dʌst] ,

It	becomes	dry	,	but	the	germs	live	and	float	about	in	the	dust	,
它	变成	干燥	,	但	这	细菌	居住	和	漂浮	关于	在	这	灰尘	,

虽然灰尘会变干，但细菌仍然存活并在灰尘中漂浮。

[ðen] ['entər] [ðə; ði] [maʊθ] [tuː; tə] [meɪk] [ˌjuː 'es] [sɪk] .

then	enter	the	mouth	to	make	us	sick	.
然后	进入	这	嘴	到	制作	我们	生病的	.

然后进入口腔使我们生病。

['kerləsnəs] [wɪð; wɪθ] [spɪt] [ɪz] [sed] [tuː; tə] [kɔːz] [mɔːr] [ðæn; ðən][ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['dɛθs] ['evri] [deɪ] [ɪn]

Carelessness	with	spit	is	said	to	cause	more	than	a	hundred	deaths	every	day	in
疏忽	和	吐	是	说	到	原因	更多的	比	一个	百	死亡人数	每一个	天	在

['aʊər; ɑːr][lænd] .

our	land	.
我们的	土地	.

据说，我国每天因随意吐痰造成的死亡人数超过一百人。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv][ə; eɪ] [haʊs] [flaɪ][ɑːn][ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [bred] .

60	—	Photograph	of	a	house	fly	on	a	piece	of	bread	.
-	—	照片	的	一个	房子	飞	在	一个	片	的	面包	.

60 —一张家蝇停在面包上的照片。

[ðɪs] [flaɪ][hæd; həd] [bɪn] ['fiːdɪŋ] [ɑːn][spɪt][ænd; ənd][ə; eɪ] ['stʌdi] [ʌv; əv][ɪts] [legz][ænd; ənd]['bɑːdi] [ʃoʊd]

This	fly	had	been	feeding	on	spit	and	a	study	of	its	legs	and	body	showed
这	飞	有	到过	喂养	在	吐	和	一个	学习	的	它是	腿	和	身体	显示

[mɔːr] [dʒəːmz]['prez(ə)nt][ðæn; ðən][ðer; ðər][ɑːr; ər] [her] [ɑːn][ə; eɪ] ['pɝːsənz] [hed] .

more	germs	present	than	there	are	hairs	on	a	person's	head	.
更多的	细菌	展示	比	那里	是	头发	在	一个	人的	头	.

这只苍蝇以唾液为食，对其腿和身体的研究表明，其携带的细菌比人头上的头发还多。

[duː][nɑːt][juːz][æn; ən]['oʊpən] [spɪ'tuːn] . — [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [mʌtʃ] ['seɪfər][tuː; tə][hæv; həv][ə; eɪ]['smɔːlpɑːks]['peɪʃ(ə)nt]

Do	not	use	an	Open	Spittoon	.	—	It	is	much	safer	to	have	a	smallpox	patient
做	不是	使用	一个	打开	痰盂	.	—	它	是	很多	更安全	到	有	一个	天花	病人

[ɪn][ðə; ði] [haʊs] [ðæn; ðən][æn; ən]['oʊpən]

in	the	house	than	an	open
在	这	房子	比	一个	打开

不要使用敞口痰盂。——让天花病人待在家里比让病人待在家里安全得多。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	108	]
[	页	-	]

[spɪˈtuːn] [ɪn][ðə; ði] [ˈsʌmər] .

spittoon	in	the	summer	.
痰盂	在	这	夏天	.

夏天用痰盂。

[juː; jʊ][kæn; kən] [prɪˈvent] [ðə; ði][ˈsmɔːlpɑːks][baɪ][ˌvæksɪˈneɪʃ(ə)n] ,

You	can	prevent	the	smallpox	by	vaccination	,
你	能	防止	这	天花	经过	疫苗接种	,

你可以通过接种疫苗来预防天花。

[bʌt; bət][juː; jʊ] [ˈkænɑːt] [kiːp] [ðə; ði] [flaɪz] [frʌm; frəm] [ˈkæriɪŋ] [ten] [ˈθaʊz(ə)nd] [dʒəːmz][ʌv; əv] [deθ]

but	you	cannot	keep	the	flies	from	carrying	ten	thousand	germs	of	death
但	你	不能	保持	这	苍蝇	从	携带	十	千	细菌	的	死亡

[frʌm; frəm][ðə; ði] [spɪˈtuːn] [tuː; tə][ðə; ði] [fuːd] [ɑːn][ðə; ði] [ˈteɪbl] .

from	the	spittoon	to	the	food	on	the	table	.
从	这	痰盂	到	这	食物	在	这	桌子	.

但是你无法阻止苍蝇将痰盂中的一万个致命细菌带到餐桌上的食物上。

[ə; eɪ] [ˈmɪljən] [dʒəːmz][hæv; həv] [bɪn] [faʊnd] [ɑːn][ə; eɪ][ˈsɪŋg(ə)l][flaɪ] .

A	million	germs	have	been	found	on	a	single	fly	.
一个	百万	细菌	有	到过	成立	在	一个	单身的	飞	.

一只苍蝇身上就发现了上百万个细菌。

[spɪt] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [drɑːpt] [ˈɪntuː][ə; eɪ] [kʌp] [wɪtʃ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] [ˈkʌvərd] [wen] [nɑːt] [ˈbiːɪŋ]

Spit	should	be	dropped	into	a	cup	which	should	be	kept	covered	when	not	being
吐	应该	是	掉落	进入	一个	杯子	哪个	应该	是	保留	涵盖	什么时候	不是	存在

[juːst] .

used	.
用过的	.

唾液应滴入杯子中，不用时应盖好杯子。

[ðə; ði][spɪt] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [dɪˈstrɔɪd] [baɪ]['faɪər][ɔːr][sʌm; səm][dʒɜːrm] - ['kɪlɪŋ] ['fluːɪd] , [sʌtʃ] [æz; əz] [laɪ] [ɔːr]

The	spit	should	be	destroyed	by	fire	or	some	germ	-	killing	fluid	,	such	as	lye	or
这	吐	应该	是	损毁	经过	火	或者	一些	细菌	-	杀	体液	,	这样的	作为	碱液	或者

['fɔːrməlɪn] .

formalin	.
福尔马林	.

唾液应该用火或一些杀菌液（如碱液或福尔马林）销毁。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [æn; ən][ɪgˈzækt] ['drɔːɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði][dʒəːmz][ɪn][ə; eɪ][spɑːt][æz; əz][lɑːrdʒ][æz; əz][ə; eɪ] ['pɪriəd] ,

61	—	An	exact	drawing	of	the	germs	in	a	spot	as	large	as	a	period	,
-	—	一个	精确的	绘画	的	这	细菌	在	一个	点	作为	大的	作为	一个	时期	,

61——精确描绘出一个句号大小的区域内所有细菌的示意图，

[ɑːn][ðə; ði] [edʒ] [ʌv; əv][ə; eɪ] ['drɪŋkɪŋ] [kʌp] .

on	the	edge	of	a	drinking	cup	.
在	这	边缘	的	一个	喝	杯子	.

在饮水杯的边缘。

['kiːpɪŋ] ['sɪknəs] [əˈweɪ] [frʌm; frəm][ðə; ði] [θroʊt] [ænd; ənd] [lʌŋz] . — [ɔːl] ['sɪknəs] [ʌv; əv][ðə; ði]

Keeping	Sickness	away	from	the	Throat	and	Lungs	.	—	All	sickness	of	the
保持	疾病	离开	从	这	喉	和	肺	.	—	全部	疾病	的	这

[θroʊt] [ænd; ənd] [lʌŋz] [ɪz] [kɔːt] [frʌm; frəm][sʌm; səm][wʌn] [els] .

throat	and	lungs	is	caught	from	some	one	else	.
喉	和	肺	是	捕捉	从	一些	一	别的	.

预防咽喉和肺部疾病——所有咽喉和肺部疾病都是从别人那里传染的。

[ðə; ði][dʒəːmz][ɑːr; ər] [pæst] [frʌm; frəm][wʌn][tuː; tə] [əˈnʌðər] [ɑːn][ðə; ði] [ˈdrɪŋkɪŋ] [kʌp] , [baɪ] [ˈsʌkɪŋ]

The	germs	are	passed	from	one	to	another	on	the	drinking	cup	,	by	sucking
这	细菌	是	通过了	从	一	到	其他	在	这	喝	杯子	,	经过	吸吮

[ˈpenslz] ,

pencils	,
铅笔	,

细菌会通过饮水杯、吮吸铅笔等方式在人与人之间传播。

[ˈwetɪŋ] [ðə; ði] [ˈfɪŋgər] [tuː; tə] [tɜːrn] [ðə; ði] [ˈpeɪdʒɪz] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [bʊk] ,

wetting	the	finger	to	turn	the	pages	of	a	book	,
润湿	这	手指	到	转动	这	页面	的	一个	书	,

用手指沾湿来翻书页，

[ɔːr] [ˈpʊtɪŋ] [ðə; ði] [ˈfɪŋgərz] [ɪn] [ðə; ði] [noʊz] [ɔːr] [maʊθ] .

or	putting	the	fingers	in	the	nose	or	mouth	.
或者	推杆	这	手指	在	这	鼻子	或者	嘴	.

或者把手指伸进鼻子或嘴里。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [dɪʃ] [ʌv; əv] [biːf] [brɔːθ] [ˈdʒeli] [left] [ˈoʊpən] [tuː] [ˈmɪnɪts] [ɪn] [ə; eɪ] [ruːm] [ˈbiːɪŋ] [swept] .

62	—	A	dish	of	beef	broth	jelly	left	open	two	minutes	in	a	room	being	swept	.
-	—	一个	盘子	的	牛肉	肉汤	果冻	左边	打开	二	分钟	在	一个	房间	存在	扫荡	.

62 —一盘牛肉汤冻，在打扫房间时敞开放置了两分钟。

[iːtʃ] [spɑːt][ɪz][ə; eɪ] [ˈsɪti] [ʌv; əv]['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv][dʒəːmz] [wɪtʃ] [gruː] [frʌm; frəm][wʌn][dʒɜːrm]

Each	spot	is	a	city	of	thousands	of	germs	which	grew	from	one	germ
每个	点	是	一个	城市	的	数千	的	细菌	哪个	生长	从	一	细菌

[ˈdrɑːpɪŋ] [ɑːn][ðə; ði][ˈdʒeli] .

dropping	on	the	jelly	.
下降	在	这	果冻	.

每个斑点都是一座由成千上万个细菌组成的城市，这些细菌都是由落在果冻上的一个细菌发展而来的。

[baɪ] [kaʊntɪŋ] [ðə; ði][spɑːts][juː; jʊ][kæn; kən] [tel] [haʊ] ['meni] [dʒəːmz] [fel] [frʌm; frəm][ðə; ði] [dʌst] [ɑːn] [ðɪs]

By	counting	the	spots	you	can	tell	how	many	germs	fell	from	the	dust	on	this
经过	计数	这	地点	你	能	告诉	如何	许多	细菌	跌倒	从	这	灰尘	在	这

[dɪʃ] [θriː] [ɪntʃɪz] [ɪn][daɪˈæmɪtər] .

dish	three	inches	in	diameter	.
盘子	三	英寸	在	直径	.

通过数斑点，你可以知道有多少细菌从这个直径三英寸的盘子上的灰尘中落了下来。

[dʌst] [ɪz][ðə; ði][ˈpɑːrtnər][ʌv; əv] [dɪˈziːz] .

Dust	is	the	partner	of	disease	.
灰尘	是	这	伙伴	的	疾病	.

灰尘是疾病的帮凶。

[ˌaɪ ˈtiː] [kənˈteɪnz]

It	contains
它	包含

它包含

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	109	]
[	页	-	]

[第109页]

[dʒəːmz] .

germs	.
细菌	.

细菌。

[əˈvɔɪd] [dʌst] .
Avoid **dust** **.**
避免 灰尘 .

避免灰尘。

[waɪp] [ʌp] [ðə; ði][ruːmz; rʊmz][wɪð; wɪθ][ə; eɪ][dæmp] [klɔːθ] ; ['nevər] [juːz][ə; eɪ] ['feðər] ['dʌstər] .
Wipe **up** **the** **rooms** **with** **a** **damp** **cloth** **;** **never** **use** **a** **feather** **duster** **.**
擦拭 向上 这 房间 和 一个 潮湿 布 ; 绝不 使用 一个 羽毛 除尘器 .

用湿布擦拭房间；千万不要使用鸡毛掸子。

[əˈvɔɪd] [draɪ] ['swiːpɪŋ] .
Avoid **dry** **sweeping** **.**
避免 干燥 扫荡 .

避免干扫。

[juːz] [ə; eɪ] ['sʌkʃ(ə)n] ['kliːnər] [ɔːr][hæv; həv] [rʌgz] [wɪtʃ] [kæn; kən][biː; bi] [kliːnd] [aʊt] [ʌv; əv] [dɔːz] .
Use **a** **suction** **cleaner** **or** **have** **rugs** **which** **can** **be** **cleaned** **out** **of** **doors** **.**
使用 一个 吸 清洁工 或者 有 地毯 哪个 能 是 已清洗 出去 的 门 .

使用吸尘器或铺设可以在室外清洗的地毯。

[gɪv] [ðə; ði] [lʌŋz] [freʃ] [er] [ænd; ənd] [diːp] ['briːðɪŋ] [ænd; ənd][ðə; ði]['bɑːdi] [gʊd] [fuːd] [ænd; ənd]
Give **the** **lungs** **fresh** **air** **and** **deep** **breathing** **and** **the** **body** **good** **food** **and**
给 这 肺 新鲜的 空气 和 深的 呼吸 和 这 身体 好的 食物 和
['plenti] [ʌv; əv] [sliːp] [tuː; tə] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː][soʊ] [strɔːŋ] [ðæt] [dʒəːmz] ['kænɑːt] [ˌoʊvər'kʌm] [ˌaɪ 'tiː] [wen] [ðeɪ]
plenty **of** **sleep** **to** **make** **it** **so** **strong** **that** **germs** **cannot** **overcome** **it** **when** **they**
很多 的 睡觉 到 制作 它 所以 强的 那 细菌 不能 克服 它 什么时候 他们
['entər] .
enter **.**
进入 .

让肺部呼吸新鲜空气，进行深呼吸；让身体摄入充足的食物和睡眠，使其变得非常强壮，这样细菌就无法入侵。

[fɪg] .
Fig **.**
如图 .

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv] [kən'sʌmpʃ(ə)n] [dʒəːmz] ,
63 **—** **Photograph** **of** **consumption** **germs** **,**
- — 照片 的 消耗 细菌 ,

63 — 肺结核病菌照片，

[ðə; ði]['taɪni][rɑːdz] [wɪtʃ] ['ɔːf(ə)n] [groʊ] [ænd; ənd] [kɔːz] [tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs][ɪn] ['bɑːdɪz] ['wiːkənd] [baɪ] [bɪr]
the **tiny** **rods** **which** **often** **grow** **and** **cause** **tuberculosis** **in** **bodies** **weakened** **by** **beer**
这 微小的 杆 哪个 经常 生长 和 原因 结核 在 身体 减弱 经过 啤酒
[ɔːr] ['wɪski] .
or **whisky** **.**
或者 威士忌酒 .

这些微小的杆菌经常在因饮用啤酒或威士忌而身体虚弱的人体内生长，并引起结核病。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːrdʒd] .
Much **enlarged** **.**
很多 放大 .

尺寸大幅增大。

[ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋk] [ænd; ənd][ðə; ði] [lʌŋz] . — [ðə; ði][moʊst] ['kɑːmən] [dɪ'ziːz] [ʌv; əv][ðə; ði] [lʌŋz] [ɪz]
Alcoholic **Drink** **and** **the** **Lungs** **.** **—** **The** **most** **common** **disease** **of** **the** **lungs** **is**
酗酒者 喝 和 这 肺 . — 这 最多 常见的 疾病 的 这 肺 是
[tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] .
tuberculosis **.**
结核 .

酒精饮料与肺部——肺部最常见的疾病是肺结核。

['nɪrli] [ɔ:l] ['bɑ:tendəz] [hu:] [sel] [strɔ:ŋ] [drɪŋk] [teɪk] [sʌm; səm] [ðəm'selvz] .

Nearly	all	bartenders	who	sell	strong	drink	take	some	themselves	.
几乎	全部	调酒师	WHO	卖	强的	喝	拿	一些	他们自己	.

几乎所有售卖烈酒的调酒师自己都会喝一些。

['leɪtli] [ˌaɪ 'ti:][hæz; həz] [bɪn] ['lɜ:rnɪd] [ɪn]['dʒɜ:rməni] [ðæt] [tu:ˌbɜ:rkjə'loʊsɪs] ['kɔ:zɪz] [wʌn] [hæf] [ʌv; əv] [ɔ:l]

Lately	it	has	been	learned	in	Germany	that	tuberculosis	causes	one	half	of	all
最近	它	有	到过	学习	在	德国	那	结核	原因	一	一半	的	全部

[ðə; ði] ['dɛθs] [ə'mʌŋ] ['bɑ:tendəz] .

the	deaths	among	bartenders	.
这	死亡人数	之中	调酒师	.

最近德国方面了解到，结核病导致了一半的酒吧招待死亡。

['ælkəhɔ:l][wʌz; wəz]

Alcohol	was
酒精	曾是

酒精

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	110	]
[	页	-	]

[第110页]

[wʌns] [θɔ:t] [tu:; tə][bi:; bi][ə; eɪ] [gʊd] ['medɪs(ə)n][fɔ:r; fər] [lʌŋ] ['trʌblz] ,

once	thought	to	be	a	good	medicine	for	lung	troubles	,
一次	想法	到	是	一个	好的	药品	为了	肺	麻烦	,

曾被认为是一种治疗肺部疾病的良药，

[bʌt; bət][ˌaɪ 'ti:][hæz; həz] [bɪn] ['klɪrli] ['pru:vn] [ðæt] [bɪr] [ænd; ənd] ['wɪski] ['wi:kən] [ðə; ði] [lʌŋz]

but	it	has	been	clearly	proven	that	beer	and	whisky	weaken	the	lungs
但	它	有	到过	清楚地	已证实	那	啤酒	和	威士忌酒	削弱	这	肺

[ænd; ənd] [meɪk] [ðem; ðəm] ['redi] [fɔ:r; fər][ðə; ði][dʒə:mz][ʌv; əv] [dɪ'zi:z] .

and	make	them	ready	for	the	germs	of	disease	.
和	制作	他们	准备好	为了	这	细菌	的	疾病	.

但已经明确证明，啤酒和威士忌会削弱肺部功能，使肺部更容易受到致病细菌的侵害。

[ðə; ði]['bɑ:di] [ɔ:l'redi] ['wi:kənd] [baɪ][ðə; ði] ['pɔɪzn] [ʌv; əv][ðə; ði]['ælkəhɔ:l][ɪz] [ðen] ['i:zəli] [ˌoʊvər'kʌm] [baɪ]

The	body	already	weakened	by	the	poison	of	the	alcohol	is	then	easily	overcome	by
这	身体	已经	减弱	经过	这	毒	的	这	酒精	是	然后	容易地	克服	经过

[ðə; ði] [dɪ'zi:z] .

the	disease	.
这	疾病	.

酒精毒素已经削弱了身体，此时疾病很容易侵袭身体。

[tə'bækoʊ][ænd; ənd][ðə; ði] [lʌŋz] . — [ðə; ði] [ə'keɪʒən(ə)l] [ju:z][ʌv; əv][tə'bækoʊ] [dʌz] [nɑ:t] [si:m] [tu:; tə][hɜ:rt]

Tobacco	and	the	Lungs	.	—	The	occasional	use	of	tobacco	does	not	seem	to	hurt
烟草	和	这	肺	.	—	这	偶然	使用	的	烟草	做	不是	似乎	到	伤害

[ðə; ði] [lʌŋz] [wen] ['fʊli] [groʊn] .

the	lungs	when	fully	grown	.
这	肺	什么时候	完全	生长	.

烟草与肺部——偶尔使用烟草似乎不会对成年人的肺部造成损害。

[ə; eɪ] ['stʌdi] [ʌv; əv] ['meni] [jʌŋ] ['pɜ:sənz] [hæz; həz] [ʃoʊn] [ðæt] [ðə; ði] [tʃest] [ʌv; əv]['smoʊkərz] [grəuz]

A	study	of	many	young	persons	has	shown	that	the	chest	of	smokers	grows
一个	学习	的	许多	年轻的	人	有	所示	那	这	胸部	的	吸烟者	生长

[mʌtʃ] [mɔ:r] ['sloʊli] [ðæn; ðən][ɪn] [ðoʊz] [hu:] [du:][nɑ:t][ju:z][tə'bækoʊ] .

much	more	slowly	than	in	those	who	do	not	use	tobacco	.
很多	更多的	缓慢地	比	在	那些	WHO	做	不是	使用	烟草	.

一项针对众多年轻人的研究表明，吸烟者的胸部发育速度比不吸烟者的胸部发育速度慢得多。

[æz; əz][ðə; ðɪ] [lʌŋz] ['kænɑ:t] [groʊ] ['eni] ['fæstər][ðæn; ðən][ðə; ðɪ] [tʃest] ,

As	the	lungs	cannot	grow	any	faster	than	the	chest	,
作为	这	肺	不能	生长	任何	快点	比	这	胸部	,

由于肺部的生长速度不可能超过胸腔，

[ðeɪ] [mʌst; məst] [groʊ] ['sloʊli] [ɪn] [bɔɪz] ['ju:zɪŋ] [mʌtʃ] [tə'bækoʊ] .

they	must	grow	slowly	in	boys	using	much	tobacco	.
他们	必须	生长	缓慢地	在	男孩们	使用	很多	烟草	.

男孩大量吸烟会导致它们生长缓慢。

[tə'bækoʊ][ɪz][ə; eɪ] ['kɑ:mən] [kɔ:z] [ʌv; əv] [sɔ:r] [θroʊt] .

Tobacco	is	a	common	cause	of	sore	throat	.
烟草	是	一个	常见的	原因	的	疮	喉	.

吸烟是导致咽喉痛的常见原因之一。

['meni] ['smoʊkərz][hæv; həv] [bɪn] [kəm'peld] [tu:; tə] [kwɪt] [ðə; ðɪ]['hæbɪt][bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ʌv; əv] [θroʊt] ['trʌblz]

Many	smokers	have	been	compelled	to	quit	the	habit	because	of	throat	troubles
许多	吸烟者	有	到过	被迫	到	辞职	这	习惯	因为	的	喉	麻烦

.

:

.

许多吸烟者因为喉咙问题被迫戒烟。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[wer] [ɑ:r; ər][ðə; ðɪ] [lʌŋz] ['loʊkeɪtɪd] ? [ˌtu:'tu:] .

Where	are	the	lungs	located	?	2	.
在哪里	是	这	肺	位于	?	2	.

肺位于哪里？2.

[wʌt] [du:][ðə; ðɪ] [tjʊb] [ɪn][ðə; ðɪ] [lʌŋz] ['kæri] ? [θri:] .

What	do	the	tubes	in	the	lungs	carry	?	3	.
什么	做	这	管子	在	这	肺	携带	?	3	.

肺部的管道输送的是什么？3.

[wʌt] [pɑ:rt][ʌv; əv][ðə; ðɪ] [er] [du:][wi:; wi][ju:z][ɪn][ðə; ðɪ]['bɑ:di] ? [fɔ:r] .

What	part	of	the	air	do	we	use	in	the	body	?	4	.
什么	部分	的	这	空气	做	我们	使用	在	这	身体	?	4	.

人体利用的是空气的哪一部分？4.

[tel] [haʊ] [ðə; ðɪ] [er] [gets] ['ɪntu:][ðə; ðɪ] [lʌŋz] . [faɪv] .

Tell	how	the	air	gets	into	the	lungs	.	5	.
告诉	如何	这	空气	获得	进入	这	肺	.	5	.

5. 说明空气是如何进入肺部的。

[wʌt] ['pa:siz] [frʌm; frəm][ðə; ðɪ] [blʌd] ['ɪntu:][ðə; ðɪ] [er] [sæks] ? [sɪks] .

What	passes	from	the	blood	into	the	air	sacs	?	6	.
什么	通过	从	这	血	进入	这	空气	囊	?	6	.

6. 血液中哪些物质会进入肺泡?

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [wi:; wi] [bri:ð] [θru:] [ðə; ðɪ] [noʊz] ? ['sɛvən] .

Why	should	we	breathe	through	the	nose	?	7	.
为什么	应该	我们	呼吸	通过	这	鼻子	?	7	.

我们为什么要用鼻子呼吸？7.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ju:; jʊ] [ki:p] [ðə; ðɪ] ['fɪŋgərz] [ə'weɪ] [frʌm; frəm][ðə; ðɪ] [noʊz] ? [eɪt] .

Why	should	you	keep	the	fingers	away	from	the	nose	?	8	.
为什么	应该	你	保持	这	手指	离开	从	这	鼻子	?	8	.

为什么要让手指远离鼻子？8.

[wʌt] [ɑːr; ər][ðə; ði]['voʊk(ə)l][kɔːrdz] ? [naɪn] .
What are the vocal cords ? 9 .
什么 是 这 声乐 绳索 ? 9 .

声带是什么？9.

[gɪv] [tuː] ['riːz(ə)nz] [waɪ] [noʊ][wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [spɪt] [ɑːn][ðə; ði] [flɔːr] . - .
Give two reasons why no one should spit on the floor . 10 .
给 二 原因 为什么 不 一 应该 吐 在 这 地面 . - .

请列举两个任何人都不应该随地吐痰的理由。10.

[tel] [haʊ] ['ælkəhɔːl]['hɑːrmz][ðə; ði] [lʌŋz] .
Tell how alcohol harms the lungs .
告诉 如何 酒精 危害 这 肺 .

说明酒精是如何损害肺部的。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 111]
[页 -]

[第111页]

['tʃæptər] ['ɛks'viː]
CHAPTER XV
章 十五

第十五章

[freʃ] [er] [ænd; ənd] [helθ]
FRESH AIR AND HEALTH
新鲜的 空气 和 健康

新鲜空气与健康

[haʊ] [mʌtʃ] [er] [wiː; wi] [briːð] . — [æt; ət] ['evri] [breθ] [wiː; wi] [teɪk] [ɪn] [ə'baʊt] [wʌn][paɪnt][ʌv; əv] [er] .
How much Air we Breathe . — At every breath we take in about one pint of air .
如何 很多 空气 我们 呼吸 . — 在 每一个 气息 我们 拿 在 关于 一 品脱 的 空气 .

我们呼吸多少空气？——每次呼吸我们大约吸入一品脱空气。

[wiː; wi] [briːð] [ˌeɪ'tiːn] [taɪmz] [iːtʃ] ['mɪnɪt] .
We breathe eighteen times each minute .
我们 呼吸 十八 时代 每个 分钟 .

我们每分钟呼吸十八次。

[naɪn] [kwɔːts] [ʌv; əv] [er] ['ðerfɔːr] [pæs] [ɪn][ænd; ənd] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] [lʌŋz] ['evri] ['mɪnɪt] .
Nine quarts of air therefore pass in and out of the lungs every minute .
九 夸脱 的 空气 所以 经过 在 和 出去 的 这 肺 每一个 分钟 .

因此，每分钟有九夸脱空气进出肺部。

[er] [wʌns] [briːðd] [ɪz][nɑːt][fɪt] [tuː; tə] [briːð] [ə'gen] .
Air once breathed is not fit to breathe again .
空气 一次 呼吸 是 不是 合身 到 呼吸 再次 .

吸入过的空气就不适合再次呼吸了。

[ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] [weɪst] [ænd; ənd]['kɑːrbən][daɪ'ɑːksaɪd] [wɪtʃ] ['wiːkən] [ðə; ði]['bɑːdi] .
It contains waste and carbon dioxide which weaken the body .
它 包含 浪费 和 碳 二氧化硫 哪个 削弱 这 身体 .

它含有废物和二氧化碳，会削弱身体机能。

[ɪf] [juː; jʊ] [briːð] [θriː] [fʊl] [breθs] ['ɪntuː][ə; eɪ] [waɪd] - [maʊðd] [dʒɑːr][ɔːr]['bɑːt(ə)l] ,
If you breathe three full breaths into a wide - mouthed jar or bottle ,
如果 你 呼吸 三 满的 呼吸 进入 一个 宽的 - 嘴巴 罐 或者 瓶子 ,

如果你对着一个广口瓶或罐子深吸三口气，

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [kən'teɪn] [soʊ] [mʌtʃ] [ʌv; əv][ðə; ði]['kɑːrbən][daɪ'ɑːksaɪd] [ðæt] [ə; eɪ] ['laɪtɪd] ['kænd(ə)l][ɔːr] ['splɪntər]

it	will	contain	so	much	of	the	carbon	dioxide	that	a	lighted	candle	or	splinter
它	将要	包含	所以	很多	的	这	碳	二氧化硫	那	一个	照明	蜡烛	或者	碎片

[wɪl] [æt; ət] [wʌns] [goʊ] [aʊt] [wen] [θrʌst] ['ɪntuː][ðə; ði][dʒɑːr] .

will	at	once	go	out	when	thrust	into	the	jar	.
将要	在	一次	去	出去	什么时候	推力	进入	这	罐	.

它会含有大量的二氧化碳，以至于点燃的蜡烛或木屑一插入罐子里就会立刻熄灭。

[ə; eɪ][kæt] [ʃʌt] [ɪn][ə; eɪ] [taɪt] [bɑːks] [tuː] [fiːt] [skwer] [ænd; ənd][wʌn] [fʊt] [haɪ] [wɪl] [daɪ][ɪn] [les]

A	cat	shut	in	a	tight	box	two	feet	square	and	one	foot	high	will	die	in	less
一个	猫	关闭	在	一个	紧的	盒子	二	脚	正方形	和	一	脚	高的	将要	死	在	较少的

[ðæn; ðən][ə; eɪ][hæf] ['aʊər] .

than	a	half	hour	.
比	一个	一半	小时	.

一只猫被关在一个两英尺见方、一英尺高的狭小盒子里，不到半小时就会死亡。

['meni] ['jɪrz] [ə'goʊ] [wen] [ðə; ði] ['brɪtɪʃ] [ænd; ənd][ˌhin'duː; 'hinduː]['soʊldʒərz][wɜːr; wər] ['faɪtɪŋ] [iːtʃ]

Many	years	ago	when	the	British	and	Hindoo	soldiers	were	fighting	each
许多	年	前	什么时候	这	英国	和	印度教	士兵	是	斗争	每个

['ʌðər] ,

other	,
其他	,

很多年前，当英国士兵和印度士兵交战时，

[ðə; ði][ˌhin'duː; 'hinduː] [meɪd] ['prizənəz] [ʌv; əv] - [ʌv; əv][ðə; ði] ['brɪtɪʃ] [ænd; ənd] [lɔkt] [ðem; ðəm][ɪn]

the	Hindoos	made	prisoners	of	146	of	the	British	and	locked	them	in
这	印度教徒	制成	囚犯	的	-	的	这	英国	和	已锁定	他们	在

[ə; eɪ] [ruːm] [ə'baʊt] [wʌn] [hæf][æz; əz][lɑːrdʒ][æz; əz][ə; eɪ] ['kɑːmən] ['skuːlruːmˌ'skuːlrʊm] .

a	room	about	one	half	as	large	as	a	common	schoolroom	.
一个	房间	关于	一	一半	作为	大的	作为	一个	常见的	教室	.

印度教徒俘虏了 146 名英国人，并将他们锁在一个大约只有普通教室一半大小的房间里。

[ðer; ðər][wɜːr; wər]['oʊnli] [tuː] [smɔːl] ['wɪndoʊz] .

There	were	only	two	small	windows	.
那里	是	仅有的	二	小的	视窗	.

只有两扇小窗户。

['dʊrɪŋ] [ðə; ði] [naɪt] - [ʌv; əv] [ðiːz] [men] [daɪd][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ʌv; əv][ðə; ði][bæd] [er] .

During	the	night	123	of	these	men	died	because	of	the	bad	air	.
期间	这	夜晚	-	的	这些	男人	死亡	因为	的	这	坏的	空气	.

当晚，这123人因空气污染而死亡。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði][də'rekʃn; daɪ'rekʃn][ʌv; əv][ðə; ði] [fleɪm] [ʌv; əv][ðə; ði]['kænd(ə)l] [ʃoʊz] [haʊ] [ðə; ði] [freʃ] [er]

64	—	The	direction	of	the	flame	of	the	candle	shows	how	the	fresh	air
-	—	这	方向	的	这	火焰	的	这	蜡烛	演出	如何	这	新鲜的	空气

['entərz] [ænd; ənd][ðə; ði][bæd] [er] [liːvz] [ə; eɪ] [ruːm] .

enters	and	the	bad	air	leaves	a	room	.
进入	和	这	坏的	空气	树叶	一个	房间	.

64——蜡烛火焰的方向显示了新鲜空气如何进入房间，污浊空气如何离开房间。

[haʊ] [mʌtʃ] [er] [ʃʊd; ʃəd] ['entər] [ə; eɪ] [ruːm] . — [ðə; ði] [er] ['leɪdn] [wɪð; wɪθ] [weɪst] ['kʌmɪŋ] [aʊt] [ʌv; əv]

How	much	Air	should	enter	a	Room	.	—	The	air	laden	with	waste	coming	out	of
如何	很多	空气	应该	进入	一个	房间	.	—	这	空气	满载	和	浪费	未来	出去	的

[ðə; ði] [lʌŋz] ['kwɪkli] ['mɪksɪz][wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['ʌðər] [er] [ʌv; əv][ðə; ði] [ruːm] .

the	lungs	quickly	mixes	with	the	other	air	of	the	room	.
这	肺	迅速地	混合	和	这	其他	空气	的	这	房间	.

房间里应该有多少空气？——从肺部排出的含有废物的空气会迅速与房间里的其他空气混合。

[ɪn] [ðɪs] [wei]
In this way
在 这 方式

这样

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 112]
[页 -]

[第112页]

[ɔːl][ʌv; əv][ðə; ði] [er] [ɪn][ðə; ði] [ruːm] [suːn] [bɪ'kʌmz] [ɪm'pjʊr] .
all of the air in the room soon becomes impure .
全部 的 这 空气 在 这 房间 很快 变成 不纯 .

房间里的空气很快就会变得不洁净。

['fɔːrti] ['tʃɪldrən] [wɪl] [gɪv] [aʊt] ['nɪrli] [tuː] ['bærəlz] [ʌv; əv] [er] [ɪn] [wʌn] ['mɪnɪt] .
Forty children will give out nearly two barrels of air in one minute .
四十 孩子们 将要 给 出去 几乎 二 桶 的 空气 在 一 分钟 .

四十个孩子一分钟内会排出近两桶空气。

[ɪn] [ə'nʌðər] ['mɪnɪt] [ðɪs] [er] [hæz; həz] [meɪd] [ɔːl][ʌv; əv][ðə; ði] ['ʌðər] [er] [ɪn][ðə; ði] [ruːm] [ˌʌn'kliːn] .
In another minute this air has made all of the other air in the room unclean .
在 其他 分钟 这 空气 有 制成 全部 的 这 其他 空气 在 这 房间 不洁 .

又过了一分钟，这股空气就把房间里其他所有的空气都污染了。

[ˌaɪ 'tiː][kæn; kən] [stɪl] [biː; bi] [briːðd] , [bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː] [meɪks] ['tʃɪldrən] [fiːl] ['draʊzi] [ænd; ənd] ['leɪzi]
It can still be breathed , but it makes children feel drowsy and lazy
它 能 仍然 是 呼吸 , 但 它 制作 孩子们 感觉 昏昏欲睡 和 懒惰的
[ænd; ənd] [meɪ] [kɔːz] ['hedeɪk] .
and may cause headache .
和 可能 原因 头痛 .

虽然还能吸入，但会让孩子感到昏昏欲睡、懒散，还可能引起头痛。

[ðeɪ] [ðen] [duː] [pʊr] [wɜːrk] .
They then do poor work .
他们 然后 做 贫穷的 工作 .

然后他们就工作做得不好。

[tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [er] [pjʊr] [ɪn][ə; eɪ] [ruːm] , [freʃ] [er] [mʌst; məst][biː; bi] [let] [ɪn][frʌm; frəm][ðə; ði] [ˌaʊt'saɪd]
To keep the air pure in a room , fresh air must be let in from the outside
到 保持 这 空气 纯的 在 一个 房间 , 新鲜的 空气 必须 是 让 在 从 这 外部
.
:
.

为了保持室内空气清洁，必须让室外的新鲜空气进入。

[ɪf] [ðer; ðər][ɑːr; ər] ['meni] [ɪn][ðə; ði] [ruːm] ,
If there are many in the room ,
如果 那里 是 许多 在 这 房间 ,

如果房间里人很多，

[ðə; ði] ['oʊpənɪŋz] [mʌst; məst][biː; bi][lɑːrdʒ][ɔːr][fænz][ɑːn][ə; eɪ] [wiːl] [mʌst; məst][biː; bi] [juːst] [tuː; tə] [fɔːrs]
the openings must be large or fans on a wheel must be used to force
这 开口 必须 是 大的 或者 粉丝 在 一个 车轮 必须 是 用过的 到 力量
[ðə; ði] [er] [ɪn] .
the air in .
这 空气 在 .

开口必须足够大，或者必须使用带轮风扇强制空气进入。

[ɪn][ðə; ði] [nuː] [jɔːk] [skuːlz] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['oʊvər][ə; eɪ]['kjuːbɪk][jɑːrd][ʌv; əv] [freʃ] [er] [ɪz] [fɔːrst] ['ɪntuː][ðə; ði]

In	the	New	York	schools	a	little	over	a	cubic	yard	of	fresh	air	is	forced	into	the
在	这	新的	约克	学校	一个	小的	超过	一个	立方体	院子	的	新鲜的	空气	是	强制	进入	这

[ruːm] [fɔːr; fər] [iːtʃ] [tʃaɪld] ['evri] ['mɪnɪt] .

room	for	each	child	every	minute	.
房间	为了	每个	孩子	每一个	分钟	.

在纽约的学校里，每分钟每个孩子都会被强制送入教室略多于一立方码的新鲜空气。

[haʊ] [tuː; tə][get] [freʃ] [er] ['ɪntuː][ə; eɪ] [ruːm] . — [wen] [er][ɪz] [wɔːmd] [ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] ['laɪtər]

How	to	get	Fresh	Air	into	a	Room	.	—	When	air	is	warmed	it	becomes	lighter
如何	到	得到	新鲜的	空气	进入	一个	房间	.	—	什么时候	空气	是	温暖	它	变成	打火机

[ænd; ənd]['raɪzɪz] .

and	rises	.
和	上升	.

如何让新鲜空气进入房间——空气受热后会变轻并上升。

[ɪn] ['meni] ['pʌblɪk] ['bɪldɪŋz] ,

In	many	public	buildings	,
在	许多	民众	建筑物	,

在许多公共建筑中，

[freʃ] [er] ['hiːtɪd] [baɪ][ə; eɪ] ['fɜːrnɪs] [ɪz] [fɔːrst] ['ɪntuː][ðə; ði][ruːmz; rʊmz] [θruː] [paɪps] ['entərɪŋ]

fresh	air	heated	by	a	furnace	is	forced	into	the	rooms	through	pipes	entering
新鲜的	空气	加热	经过	一个	炉	是	强制	进入	这	房间	通过	管道	进入

['sevrəl] [fiːt] [ə'bʌv] [ðə; ði] [flɔːr] .

several	feet	above	the	floor	.
一些	脚	多于	这	地面	.

炉子加热后的新鲜空气通过距离地面数英尺高的管道被强制送入房间。

[baɪ][ə; eɪ][fæn][ɔːr] ['hiːtɪd] [fluː] [ðə; ði] [ɪm'pjʊr] [er] [ɪz] [sʌkt] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] [ruːm] [θruː] ['oʊpənɪŋz]

By	a	fan	or	heated	flue	the	impure	air	is	sucked	out	of	the	room	through	openings
经过	一个	扇子	或者	加热	烟道	这	不纯	空气	是	真烂	出去	的	这	房间	通过	开口

[nɪr] [ðə; ði] [flɔːr] .

near	the	floor	.
靠近	这	地面	.

通过风扇或加热烟道，不洁净的空气从房间底部附近的开口被吸出。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [haʊ] [ðə; ði] ['wɪndoʊz] [ʌv; əv][jʊr; jər]['bedruːm; 'bedrʊm][ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['oʊpən][tuː; tə][get][ðə; ði][moʊst]

65	—	How	the	windows	of	your	bedroom	should	be	open	to	get	the	most
-	—	如何	这	视窗	的	你的	卧室	应该	是	打开	到	得到	这	最多

[freʃ] [er] .

fresh	air	.
新鲜的	空气	.

65 —卧室的窗户应该如何打开才能获得最大的新鲜空气。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	113	]
[	页	-	]

[第113页]

['tʃeɪndʒɪŋ] [ðə; ði] [er] [ɪn][ə; eɪ] [ruːm] [ɪz] [kɔːld] [ˌventɪ'leɪʃ(ə)n] .

Changing	the	air	in	a	room	is	called	ventilation	.
变化	这	空气	在	一个	房间	是	称为	通风	.

改变房间内的空气叫做通风。

[tuː; tə] [get] ['plenti] [ʌv; əv] [freʃ] [er] [ɪn][ə; eɪ] [ruːm] [ðer; ðər][mʌst; məst][biː; bi][wʌn][ɔːr] [mɔːr] ['pleɪsɪz][fɔːr; fər]

To	get	plenty	of	fresh	air	in	a	room	there	must	be	one	or	more	places	for
到	得到	很多	的	新鲜的	空气	在	一个	房间	那里	必须	是	一	或者	更多的	地方	为了

[ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] ['entər] [ænd; ənd][wʌn][ɔːr] [mɔːr] ['pleɪsɪz][fɔːr; fər][ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [pæs] [aʊt] .

it	to	enter	and	one	or	more	places	for	it	to	pass	out	.
它	到	进入	和	一	或者	更多的	地方	为了	它	到	经过	出去	.

要想让房间里有充足的新鲜空气，就必须有一个或多个空气进入的通道和一个或多个空气排出的通道。

[wer] [ðer; ðər][ɪz][noʊ] ['fɜːrnɪs] [ɔːr][fæn] ,

Where	there	is	no	furnace	or	fan	,
在哪里	那里	是	不	炉	或者	扇子	,

没有暖气炉或风扇的地方，

['wɪndoʊz] [ɑːn][wʌn] [saɪd][ʌv; əv][ðə; ði] [ruːm] [meɪ] [biː; bi] ['oʊpənd] [æt; ət][ðə; ði] ['bɑːtəm] [tuː; tə] [let] [ɪn][ðə; ði]

windows	on	one	side	of	the	room	may	be	opened	at	the	bottom	to	let	in	the
视窗	在	一	边	的	这	房间	可能	是	打开	在	这	底部	到	让	在	这

[er] [ænd; ənd][ðə; ði] [seɪm] ['wɪndoʊz] ['oʊpənd] [æt; ət][ðə; ði][tɑːp][tuː; tə] [let] [ðə; ði] [ɪm'pjʊr] [er] [ɪ'skeɪp] .

air	and	the	same	windows	opened	at	the	top	to	let	the	impure	air	escape	.
空气	和	这	相同的	视窗	打开	在	这	顶部	到	让	这	不纯	空气	逃脱	.

房间一侧的窗户可以从下往上打开，让空气流通，同时也可以从上往下打开，让污浊的空气排出。

[duː][nɑːt][sɪt][ɪn][ə; eɪ][dræft] ,

Do	not	sit	in	a	draft	,
做	不是	坐	在	一个	草稿	,

不要坐在通风口，

[bʌt; bət][juːz][ə; eɪ] [bɔːrd] [ɔːr]['kɜːrt(ə)n][tuː; tə] [θroʊ] [ðə; ði] [er] ['ʌpwərd] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː] ['entərz] [ðə; ði] ['wɪndoʊ]

but	use	a	board	or	curtain	to	throw	the	air	upward	as	it	enters	the	window
但	使用	一个	木板	或者	窗帘	到	扔	这	空气	向上	作为	它	进入	这	窗户

.

:

.

但可以使用木板或窗帘将进入窗户的空气向上吹。

[ə; eɪ] [ruːm] [ʃʊd; ʃəd] [nɑːt][biː; bi] [kept] [tuː] [wɔːrm] .

A	room	should	not	be	kept	too	warm	.
一个	房间	应该	不是	是	保留	也	温暖的	.

房间不宜过热。

['sɪtɪŋ] [ɪn][ə; eɪ] ['veri] [wɔːrm] [ruːm] ['wiːkənz] [ðə; ði]['bɑːdi][ænd; ənd] [priˈpɛəz] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [teɪk] [koʊld] .

Sitting	in	a	very	warm	room	weakens	the	body	and	prepares	it	to	take	cold	.
坐着	在	一个	非常	温暖的	房间	减弱	这	身体	和	准备	它	到	拿	寒冷的	.

长时间待在温暖的房间里会削弱身体机能，使身体更容易受寒。

[ðə; ði]['temprətʃər; 'temprətʃʊr][ʌv; əv][ə; eɪ] ['lɪvɪŋ] [ruːm] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [bɪ'twiːn] - [ænd; ənd] - [dɪ'griːz] .

The	temperature	of	a	living	room	should	be	between	65	and	70	degrees	.
这	温度	的	一个	活的	房间	应该	是	之间	-	和	-	学位	.

客厅的温度应该在65到70度之间。

[freʃ] [er] [waɪl] [juː; jʊ] [sliːp] . — ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv] ['piːp(ə)l] [hæv; həv] ['wiːkənd] [ðer; ðər] ['bɑːdɪz]

Fresh	Air	while	you	Sleep	.	—	Thousands	of	people	have	weakened	their	bodies
新鲜的	空气	尽管	你	睡觉	.	—	数千	的	人们	有	减弱	他们的	身体

[ænd; ənd] [brɔːt] [ɑːn] [dɪ'ziːz] [baɪ] ['sliːpɪŋ] [ɪn][bæd] [er] .

and	brought	on	disease	by	sleeping	in	bad	air	.
和	带来	在	疾病	经过	睡眠	在	坏的	空气	.

睡眠时呼吸新鲜空气——成千上万的人因为睡在污浊的空气中而身体虚弱，并患上疾病。

['meni] ['pɜːsənz] [kiːp] [ðer; ðər] ['wɪndoʊz] [soʊ] ['taɪtli] [kloʊzd] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði] [naɪt] [ðæt] [ðə; ði] [er] [smelz]

Many	**persons**	**keep**	**their**	**windows**	**so**	**tightly**	**closed**	**during**	**the**	**night**	**that**	**the**	**air**	**smells**
许多	人	保持	他们的	视窗	所以	紧紧	关闭	期间	这	夜晚	那	这	空气	气味

[bæd][ɪn][ðə; ði] ['mɔːrnɪŋ] .

bad	**in**	**the**	**morning**	**.**
坏的	在	这	早晨	.

很多人晚上睡觉时把窗户关得严严实实，导致早上起来空气有异味。

[aɪ] [nuː] [ə; eɪ]['fæməli] [huː] ['ɔːlweɪz]

I	**knew**	**a**	**family**	**who**	**always**
我	知道	一个	家庭	WHO	总是

我认识一个总是

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**114**	**]**
[	页	-	]

[第114页]

[slept] [wɪð; wɪθ] ['wɪndoʊz] [kloʊzd] [ɪk'sept] [ɪn][ðə; ði] ['veri] ['wɔrməst] ['weðər] .

slept	**with**	**windows**	**closed**	**except**	**in**	**the**	**very**	**warmest**	**weather**	**.**
睡着了	和	视窗	关闭	除了	在	这	非常	最温暖	天气	.

除了天气特别热的时候，睡觉时窗户都是关着的。

[θriː] [ʌv; əv][ðə; ði] ['tʃɪldrən] [daɪd][ʌv; əv][tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] ,

Three	**of**	**the**	**children**	**died**	**of**	**tuberculosis**	**,**
三	的	这	孩子们	死亡	的	结核	,

这三个孩子死于肺结核。

[ænd; ənd][ə; eɪ] [fɔːrθ] [wʌn] [tʊk] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] [bʌt; bət][wʌz; wəz] [seɪvd] [baɪ] ['kiːpɪŋ] [hɪz; ɪz] ['wɪndoʊz]

and	**a**	**fourth**	**one**	**took**	**the**	**disease**	**but**	**was**	**saved**	**by**	**keeping**	**his**	**windows**
和	一个	第四	一	采取	这	疾病	但	曾是	已保存	经过	保持	他的	视窗

[waɪd] ['oʊpən] .

wide	**open**	**.**
宽的	打开	.

第四个人也感染了这种疾病，但他因为一直开着窗户而得救了。

[bæd] [er] [ɪn][ðə; ði] ['sliːpɪŋ] [ruːm] [meɪks] [wʌn] [fiːl] ['draʊzi] [ɪn][ðə; ði] ['mɔːrnɪŋ] [ɪn'sted] [ʌv; əv]

Bad	**air**	**in**	**the**	**sleeping**	**room**	**makes**	**one**	**feel**	**drowsy**	**in**	**the**	**morning**	**instead**	**of**
坏的	空气	在	这	睡眠	房间	制作	一	感觉	昏昏欲睡	在	这	早晨	反而	的

[rɪ'freʃt] [baɪ] [sliːp] .

refreshed	**by**	**sleep**	**.**
焕然一新	经过	睡觉	.

卧室空气污浊，导致早上醒来昏昏欲睡，而不是睡醒后神清气爽。

[jʊr; jər] ['wɪndoʊz] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi]['oʊpən] [waɪl] [juː; jʊ] [sliːp] .

Your	**windows**	**should**	**always**	**be**	**open**	**while**	**you**	**sleep**	**.**
你的	视窗	应该	总是	是	打开	尽管	你	睡觉	.

睡觉时窗户应该始终开着。

[ɪn][koʊld] ['weðər] [ə; eɪ] ['wɪndoʊ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['oʊpən][ə; eɪ] [fʊt] [æt; ət][bəuθ][ðə; ði] ['bɑːtəm] [ænd; ənd]

In	**cold**	**weather**	**a**	**window**	**should**	**be**	**open**	**a**	**foot**	**at**	**both**	**the**	**bottom**	**and**
在	寒冷的	天气	一个	窗户	应该	是	打开	一个	脚	在	两个都	这	底部	和

[ðə; ði][tɑːp] ,

the	**top**	**,**
这	顶部	,

天气寒冷时，窗户上下两端都应该开一英尺。

[ɔːr] [ɪf] [ðer; ðər][ɑːr; ər] [tuː] ['wɪndoʊz] [ɪn][ðə; ði] [ruːm] , [bəuθ] [meɪ] [biː; bi] ['oʊpənd] [æt; ət][ðə; ði] ['bɑːtəm] .

or	**if**	**there**	**are**	**two**	**windows**	**in**	**the**	**room**	**,**	**both**	**may**	**be**	**opened**	**at**	**the**	**bottom**	**.**
或者如果		那里	是	二	视窗	在	这	房间	,	两个都	可能	是	打开	在	这	底部	.

或者，如果房间里有两扇窗户，两扇窗户都可以从底部打开。

[ɪn] ['mɑːdərət] ['weðər] [ðə; ði] ['oʊpənɪŋz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [twaɪs] [æz; əz] [lɑːrdʒ] .

In	**moderate**	**weather**	**the**	**openings**	**should**	**be**	**twice**	**as**	**large**	**.**
在	缓和	天气	这	开口	应该	是	两次	作为	大的	.

天气温和时，开口应该扩大一倍。

[ə; eɪ] [kæp] [meɪ] [biː; bi] [wɔːrn] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [hed] [wɔːrm] ,

A	**cap**	**may**	**be**	**worn**	**to**	**keep**	**the**	**head**	**warm**	**,**
一个	帽	可能	是	磨损	到	保持	这	头	温暖的	,

戴帽子可以保暖。

[ænd; ənd] [ðə; ði] [bed] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [dræft] .

and	**the**	**bed**	**should**	**be**	**out**	**of**	**the**	**draft**	**.**
和	这	床	应该	是	出去	的	这	草稿	.

床应该放在通风口以外的地方。

[freʃ] [er] ['gɪvz] [helθ] . — [fɔːr] ['hʌndrəd] ['piːp(ə)l] [daɪ] [ʌv; əv] [tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] [ɪn] ['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] ['evri] [deɪ] .

Fresh	**Air**	**gives**	**Health**	**.**	**—**	**Four**	**hundred**	**people**	**die**	**of**	**tuberculosis**	**in**	**our**	**country**	**every**	**day**	**.**
新鲜的	空气	给予	健康	.	—	四	百	人们	死	的	结核	在	我们的	国家	每一个	天	.

新鲜空气有益健康。——我国每天有四百人死于肺结核。

[ə; eɪ] [fjuː] ['jɪrz] [ə'goʊ] [ˌaɪ 'tiː] [wʌz; wəz] [θɔːt] [ðæt] [noʊ] [wʌn] [kʊd; kəd] [get] [wel] [ʌv; əv] [ðɪs] [dɪ'ziːz] .

A	**few**	**years**	**ago**	**it**	**was**	**thought**	**that**	**no**	**one**	**could**	**get**	**well**	**of**	**this**	**disease**	**.**
一个	很少	年	前	它	曾是	想法	那	不	一	可以	得到	出色地	的	这	疾病	.

几年前人们认为这种疾病是无法治愈的。

[naʊ] [θriː] [fɔːθs] [ʌv; əv] [ðoʊz] [ɪn] [ðə; ði] [fɜːrst] ['steɪdʒɪz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] [get] [wel] .

Now	**three**	**fourths**	**of**	**those**	**in**	**the**	**first**	**stages**	**of**	**the**	**disease**	**get**	**well**	**.**
现在	三	第四部分	的	那些	在	这	第一的	阶段	的	这	疾病	得到	出色地	.

现在，四分之三处于疾病早期阶段的患者都能康复。

[ðə; ði] [tʃiːf] [pɑːrt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [kjʊr] [ɪz] [freʃ] [er] .

The	**chief**	**part**	**of**	**the**	**cure**	**is**	**fresh**	**air**	**.**
这	首席	部分	的	这	治愈	是	新鲜的	空气	.

治疗的关键在于呼吸新鲜空气。

['medɪs(ə)n] [ɪz] ['seldəm] [juːst] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [noʊ] ['medɪs(ə)n] [wɪl] [kjʊr] [tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] .

Medicine	**is**	**seldom**	**used**	**because**	**no**	**medicine**	**will**	**cure**	**tuberculosis**	**.**
药品	是	很少	用过的	因为	不	药品	将要	治愈	结核	.

由于没有药物可以治愈肺结核，所以很少使用药物。

[gʊd] [fuːd] [ænd; ənd] [rest] [ɑːr; ər] [greɪt] ['hɛlps] .

Good	**food**	**and**	**rest**	**are**	**great**	**helps**	**.**
好的	食物	和	休息	是	伟大的	帮助	.

良好的饮食和休息对身体大有裨益。

['meni] [ʌv; əv] [ðoʊz] [wɪð; wɪθ] [tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] [steɪ] [aʊt] [ʌv; əv] [dɔːz] [ɔːl] [deɪ] [ænd; ənd] [æt; ət] [naɪt] [sliːp] [ɪn] [tents] [ɔːr] [wɪð; wɪθ] [ɔːl] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['wɪndoʊz] [waɪd] ['oʊpən] ,

Many	**of**	**those**	**with**	**tuberculosis**	**stay**	**out**	**of**	**doors**	**all**	**day**	**and**	**at**	**night**	**sleep**	**in**	**tents**	**or**	**with**	**all**	**of**	**the**	**windows**	**wide**	**open**	**,**
许多	的	那些	和	结核	停留	出去	的	门	全部	天	和	在	夜晚	睡觉	在	帐篷	或者	和	全部	的	这	视窗	宽的	打开	,

许多肺结核患者白天待在户外，晚上睡在帐篷里，或者把所有窗户都大开着。

['iːv(ə)n] [ɪn] [ðə; ði] ['koʊldəst] ['weðər] .

even	**in**	**the**	**coldest**	**weather**	**.**
甚至	在	这	最冷	天气	.

即使在最寒冷的天气里。

[snoʊ] [meɪ] [bloʊ] [ɪn][ænd; ənd][ðə; ði]['wɔːtər][ɪn][ðə; ði] [ruːm] [meɪ] [tɜːrn][tuː; tə]['sɑːlɪd][aɪs] ,

Snow	**may**	**blow**	**in**	**and**	**the**	**water**	**in**	**the**	**room**	**may**	**turn**	**to**	**solid**	**ice**	**,**
雪	可能	吹	在	和	这	水	在	这	房间	可能	转动	到	坚硬的	冰	,

雪可能会吹进来，房间里的水可能会变成冰。

[bʌt; bət] [freʃ] [er] , [ðə; ði] [gʊd] ['eɪndʒl][ʌv; əv] [helθ] ,

but	**fresh**	**air**	**,**	**the**	**good**	**angel**	**of**	**health**	**,**
但	新鲜的	空气	,	这	好的	天使	的	健康	,

但新鲜空气，健康的天使，

[wɪl] [gɪv] [ðə; ði]['bɑːdi] [nuː] [streŋθ] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː] [wel] [ænd; ənd] [strɔːŋ] [ə'gen] .

will	**give**	**the**	**body**	**new**	**strength**	**and**	**make**	**it**	**well**	**and**	**strong**	**again**	**.**
将要	给	这	身体	新的	力量	和	制作	它	出色地	和	强的	再次	.

它将赋予身体新的力量，使其恢复健康强壮。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [ðɪs] [mæn][ɪz]['kjuərɪŋ] [hɪm'self] [ʌv; əv][tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs][baɪ] ['sliːpɪŋ] [æt; ət] [naɪt] , [ænd; ənd] ['sɪtɪŋ]

66	**—**	**This**	**man**	**is**	**curing**	**himself**	**of**	**tuberculosis**	**by**	**sleeping**	**at**	**night**	**,**	**and**	**sitting**
-	—	这	男人	是	养护	他自己	的	结核	经过	睡眠	在	夜晚	,	和	坐着

[baɪ] [deɪ] ,

by	**day**	**,**
经过	天	,

66——这个人通过晚上睡觉、白天坐着来治愈肺结核。

[ɑːn] [ðɪs] [pɔːrtʃ] .

on	**this**	**porch**	**.**
在	这	门廊	.

在这个门廊上。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**115**	**]**
[	页	-	]

[第115页]

['meni] ['jɪrz] [ə'goʊ] [wen] [ðə; ði]['indiəns] [lɪvd] [ɪn] [tents] [ænd; ənd]['ɔːf(ə)n] [slept] [ˌaʊt'dɔːrz] [nʌn] [ʌv; əv]

Many	**years**	**ago**	**when**	**the**	**Indians**	**lived**	**in**	**tents**	**and**	**often**	**slept**	**outdoors**	**none**	**of**
许多	年	前	什么时候	这	印度人	居住地	在	帐篷	和	经常	睡着了	户外	没有任何	的

[ðem; ðəm][hæd; həd] [ðɪs] ['dɜːrti] [er] [dɪ'ziːz] [ʌv; əv][tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] .

them	**had**	**this**	**dirty**	**air**	**disease**	**of**	**tuberculosis**	**.**
他们	有	这	肮脏的	空气	疾病	的	结核	.

很多年前，当印第安人住在帐篷里，经常睡在户外时，他们中没有人得过这种因空气污浊引起的肺结核疾病。

[sɪns] [ðeɪ] [hæv; həv] [fɔːrmd] [ðə; ði]['hæbɪt][ʌv; əv] ['lɪvɪŋ] [ɪn] ['haʊzɪz] ['nɪrli] [wʌn] [hæf][ʌv; əv][sʌm; səm]

Since	**they**	**have**	**formed**	**the**	**habit**	**of**	**living**	**in**	**houses**	**nearly**	**one**	**half**	**of**	**some**
自从	他们	有	形成	这	习惯	的	活的	在	房屋	几乎	一	一半	的	一些

[traɪbz] [hæv; həv] [bɪ'kʌm] [sɪk] [wɪð; wɪθ] [ðɪs] ['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ] [dɪ'ziːz] .

tribes	**have**	**become**	**sick**	**with**	**this**	**catching**	**disease**	**.**
部落	有	变得	生病的	和	这	捕捉	疾病	.

由于他们养成了居住在房屋里的习惯，一些部落中近一半的人都患上了这种传染性疾病。

['meɪkɪŋ] [ðə; ði] [lʌŋz] [strɔːŋ] . — [ˌaɪ 'tiː] [rɪ'kwaɪrz] ['oʊvər] [θriː] [kwɔːts] [ʌv; əv] [er] [tuː; tə] [fɪl] [jʊr; jər]

Making	**the**	**Lungs**	**Strong**	**.**	**—**	**It**	**requires**	**over**	**three**	**quarts**	**of**	**air**	**to**	**fill**	**your**
制作	这	肺	强的	.	—	它	需要	超过	三	夸脱	的	空气	到	充满	你的

[lʌŋz] .

lungs	**.**
肺	.

增强肺功能——充满肺部需要超过三夸脱的空气。

[wen] [juː; jʊ] [briːð] ['kwaɪətli] , [les] [ðæn; ðən][wʌn][paɪnt][ʌv; əv] [er] ['paːsiz] [ɪn][ænd; ənd] [aʊt] [ʌv; əv]

When	you	breathe	quietly	,	less	than	one	pint	of	air	passes	in	and	out	of
什么时候	你	呼吸	悄悄	, 较少的		比	一	品脱	的	空气	通过	在	和	出去	的

[jʊr; jər] [lʌŋz] .

your	lungs	.
你的	肺	.

当你平静地呼吸时，进出肺部的空气量不到一品脱。

[ðɪs] [ʃoʊz] [ðæt] [ə; eɪ][lɑːrdʒ][pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [lʌŋz] [ɪz][nɑːt] [juːst] .

This	shows	that	a	large	part	of	the	lungs	is	not	used	.
这	演出	那	一个	大的	部分	的	这	肺	是	不是	用过的	.

这表明肺部很大一部分没有被利用。

[ðə; ði] [er] [sæks][æt; ət][ðə; ði][tɑːp][ænd; ənd][ɪn][ðə; ði] ['bɑːtəm] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [lʌŋz] [ɑːr; ər] ['seldəm]

The	air	sacs	at	the	top	and	in	the	bottom	part	of	the	lungs	are	seldom
这	空气	囊	在	这	顶部	和	在	这	底部	部分	的	这	肺	是	很少

[fɪld] [kəm'pliːtli] .

filled	completely	.
已填	完全地	.

肺上部和下部的气囊很少完全充满气体。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɪn] [ðiːz] ['pleɪsɪz] [ðæt] [dɪ'ziːz] [bɪ'gɪnz] .

It	is	in	these	places	that	disease	begins	.
它	是	在	这些	地方	那	疾病	开始	.

疾病就是从这些地方开始的。

['sevrəl] ['mɪnɪts] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [spent] [tuː] [ɔːr] [θriː] [taɪmz] [iːtʃ] [deɪ] [ɪn] ['eksəsaɪzɪŋ] [ðə; ði] [lʌŋz] .

Several	minutes	should	be	spent	two	or	three	times	each	day	in	exercising	the	lungs	.
一些	分钟	应该	是	花费	二	或者	三	时代	每个	天	在	锻炼	这	肺	.

每天应抽出几分钟时间，进行两到三次肺部锻炼。

[fɪl] [ðem; ðəm] [kəm'pliːtli] [wɪð; wɪθ] [er] ['meni] [taɪmz] .

Fill	them	completely	with	air	many	times	.
充满	他们	完全地	和	空气	许多	时代	.

多次将它们完全充满空气。

[lɜːrn] [tuː; tə] [briːð] ['diːpli] [waɪl] [juː; jʊ][ɑːr; ər] ['wɔːkɪŋ] [ɪn][ðə; ði] [freʃ] [er] .

Learn	to	breathe	deeply	while	you	are	walking	in	the	fresh	air	.
学习	到	呼吸	深	尽管	你	是	步行	在	这	新鲜的	空气	.

在新鲜空气中散步时，要学会深呼吸。

[hoʊld][ðə; ði] [hed] [ʌp] [ænd; ənd][ðə; ði] ['ʃəuldəz] [bæk] [soʊ] [ðæt] ['evri] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]

Hold	the	head	up	and	the	shoulders	back	so	that	every	part	of	the
抓住	这	头	向上	和	这	肩膀	后退	所以	那	每一个	部分	的	这

抬起头，肩膀向后舒展，使身体的每一部分都.....

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	116	]
[	页	-	]

[第116页]

[lʌŋz] [kæn; kən][biː; bi] [fɪld] .

lungs	can	be	filled	.
肺	能	是	已填	.

肺部可以被充满。

[sɪt] [streɪt] .

Sit	straight	.
坐	直的	.

坐直。

[jʊr; jər] [laɪf] [dɪ'pendz] [ə'pɑːn] [jʊr; jər] [lʌŋz] .

Your	**life**	**depends**	**upon**	**your**	**lungs**	**.**
你的	生活	取决于	之上	你的	肺	.

你的生命取决于你的肺。

[gɪv] [ðem; ðəm] [ə; eɪ] [tʃæns] [tuː; tə] [duː] [ðer; ðər] [wɜːrk] [ænd; ənd] [tiːtʃ] [ðem; ðəm] [tuː; tə] [duː] [ˌaɪ 'tiː] [wel] .

Give	**them**	**a**	**chance**	**to**	**do**	**their**	**work**	**and**	**teach**	**them**	**to**	**do**	**it**	**well**	**.**
给	他们	一个	机会	到	做	他们的	工作	和	教	他们	到	做	它	出色地	.

给他们机会去做他们该做的事，并教会他们如何做好。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [ʌn'helθfəl] [pə'zɪʃ(ə)n] [wɪtʃ] [skwiːziz] [ðə; ði] [lʌŋz] [soʊ] [ðæt] [ðeɪ] ['kænɑːt] [wɜːrk] ['friːli] .

67	**—**	**Unhealthful**	**position**	**which**	**squeezes**	**the**	**lungs**	**so**	**that**	**they**	**cannot**	**work**	**freely**	**.**
-	—	不健康的	位置	哪个	挤压	这	肺	所以	那	他们	不能	工作	自由	.

67 — 不良姿势，挤压肺部，使其无法自由工作。

[tə'bækoʊ] [ænd; ənd] [pjʊr] [er] . — [ðer; ðər] [ɪz] ['pɔɪzn] [ɪn] [ðə; ði] [smoʊk] [ʌv; əv] [tə'bækoʊ] .

Tobacco	**and**	**Pure**	**Air**	**.**	**—**	**There**	**is**	**poison**	**in**	**the**	**smoke**	**of**	**tobacco**	**.**
烟草	和	纯的	空气	.	—	那里	是	毒	在	这	抽烟	的	烟草	.

烟草与纯净空气——烟草烟雾中含有毒素。

[ðɪs] [ɪz] [ʃoʊn] [baɪ] [ɪts] [ɪ'fekt] [ɑːn] ['ɪnsekts] .

This	**is**	**shown**	**by**	**its**	**effect**	**on**	**insects**	**.**
这	是	所示	经过	它是	影响	在	昆虫	.

这一点可以从它对昆虫的影响中看出。

['oʊnərz] [ʌv; əv] ['grinˌhaʊs] ['ɔːf(ə)n] [bai] [ðə; ði] [stemz] [ænd; ənd] ['ʌðər] [weɪst] [pɑːrts] [ʌv; əv] [tə'bækoʊ] .

Owners	**of**	**greenhouses**	**often**	**buy**	**the**	**stems**	**and**	**other**	**waste**	**parts**	**of**	**tobacco**	**.**
所有者	的	温室	经常	买	这	茎	和	其他	浪费	部分	的	烟草	.

温室种植者经常购买烟草的茎秆和其他废弃部分。

[ðeɪ] [paɪl] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ə; eɪ] [pæn] [ænd; ənd] ['æftər] ['kloʊzɪŋ] [ðə; ði] [dɔːz] [ænd; ənd] ['wɪndoʊz] [ʌv; əv] [ðə; ði]

They	**pile**	**it**	**in**	**a**	**pan**	**and**	**after**	**closing**	**the**	**doors**	**and**	**windows**	**of**	**the**
他们	桩	它	在	一个	平底锅	和	后	结束	这	门	和	视窗	的	这

['griːnhaʊs] ['taɪtli] ,

greenhouse	**tightly**	**,**
温室	紧紧	,

他们把东西堆放在一个大盘子里，然后把温室的门窗都关紧了。

[set] ['faɪər] [tuː; tə] [ˌaɪ 'tiː] .

set	**fire**	**to**	**it**	**.**
放	火	到	它	.

把它烧掉。

[ðə; ði] [smoʊk] ['raɪzɪz] [ænd; ənd] [fɪlz] [ðə; ði] [hoʊl] [haʊs] .

The	**smoke**	**rises**	**and**	**fills**	**the**	**whole**	**house**	**.**
这	抽烟	上升	和	填充	这	所有的	房子	.

烟雾升腾，弥漫了整栋房子。

[ɪn] [les] [ðæn; ðən] [æn; ən] ['aʊər] [ˌaɪ 'tiː] [hæz; həz] [kɪld] ['meni] [ʌv; əv] [ðə; ði] [bʌgz] [ænd; ənd] ['biːtlz] [wɪtʃ]

In	**less**	**than**	**an**	**hour**	**it**	**has**	**killed**	**many**	**of**	**the**	**bugs**	**and**	**beetles**	**which**
在	较少的	比	一个	小时	它	有	被杀	许多	的	这	漏洞	和	甲虫	哪个

[wɜːr; wər] [dis'trɔiŋ] [ðə; ði] [plænts] .

were	**destroying**	**the**	**plants**	**.**
是	摧毁	这	植物	.

不到一个小时，它就杀死了许多正在破坏植物的害虫和甲虫。

[ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n][nɑːt] [juːst] [tuː; tə]['bækoʊ] [wɪl] ['sʌmtaɪmz] [biː; bi] [meɪd] [sɪk] [baɪ] ['sɪtɪŋ] ['oʊnli][æn; ən]

A	person	not	used	to	tobacco	will	sometimes	be	made	sick	by	sitting	only	an
一个	人	不是	用过的	到	烟草	将要	有时	是	制成	生病的	经过	坐着	仅有的	一个

['aʊər] [ɪn][ə; eɪ] [ruːm] [wer] ['pɝːsənz] [ɑːr; ər] ['smoʊkɪŋ] .

hour	in	a	room	where	persons	are	smoking	.
小时	在	一个	房间	在哪里	人	是	吸烟	.

不习惯吸烟的人，有时只需在有人吸烟的房间里坐一个小时就会感到不适。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [rɔːŋ] [fɔːr; fər]['smoʊkərz][tuː; tə] ['pɔɪzn] [ðə; ði] [er] [wɪtʃ] ['ʌðər] [mʌst; məst] [briːð] .

It	is	wrong	for	smokers	to	poison	the	air	which	others	must	breathe	.
它	是	错误的	为了	吸烟者	到	毒	这	空气	哪个	其他的	必须	呼吸	.

吸烟者污染他人呼吸的空气是错误的。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ə; eɪ] ['smoʊkɪŋ] [ruːm] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wel] ['ventɪleɪtɪd] .

For	this	reason	a	smoking	room	should	be	well	ventilated	.
为了	这	原因	一个	吸烟	房间	应该	是	出色地	通风	.

因此，吸烟室应该通风良好。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	117	]
[	页	-	]

[第117页]

['tʃæptər] [ˌɛks'viː'aɪ]

CHAPTER	XVI
章	十六

第十六章

[ðə; ði] [blʌd] [ænd; ənd] [haʊ] [ˌaɪ 'tiː] [floʊz] [θruː] [ðə; ði] ['bɑːdi]

THE	BLOOD	AND	HOW	IT	FLOWS	THROUGH	THE	BODY
这	血	和	如何	它	流量	通过	这	身体

血液及其在体内的流动

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] ['sɛlz] [ɪn][ðə; ði] [blʌd] .

68	—	The	cells	in	the	blood	.
-	—	这	细胞	在	这	血	.

68 —血液中的细胞。

[ðə; ði] [tuː] [waɪt] [wʌnz][wɜːr; wər] [drɔːn] [waɪl] ['krɔːlɪŋ] .

The	two	white	ones	were	drawn	while	crawling	.
这	二	白色的	一个	是	绘制	尽管	爬行	.

那两幅白色的画是在爬行时画的。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːrdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[ðə; ði] [blʌd] [kiːps] [ðə; ði]['bɑːdi] [kliːn] [wɪ'ðɪn] [ænd; ənd] ['gɪvz] [ˌaɪ 'tiː] [fuːd] . — ['evri] ['taɪni]['pɑːrtɪk(ə)l]

The	Blood	keeps	the	Body	Clean	within	and	gives	it	Food	.	—	Every	tiny	particle
这	血	保持	这	身体	干净的	之内	和	给予	它	食物	.	—	每一个	微小的	粒子

[ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] ,

of	the	body	,
的	这	身体	,

血液保持身体内部清洁，并为身体提供营养。——身体的每一个微小细胞，

['weðər] [ɪn][ðə; ði][legz] , [ɑːrmz] , [ɔːr] [hed] ,
whether in the legs , arms , or head ,
无论 在 这 腿 , 武器 , 或者 头 ,

无论是腿部、手臂还是头部，

[mʌst; məst][hæv; həv] [fuːd] [tuː; tə] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː][ə'laɪv][ænd; ənd] [help] [ˌaɪ 'tiː][duː][ɪts] [wɜːrk] .
must have food to keep it alive and help it do its work .
必须 有 食物 到 保持 它 活 和 帮助 它 做 它是 工作 .

它必须有食物才能生存并完成工作。

[ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst]['ɔːlsoʊ][hæv; həv]['ɑːksɪdʒən] , [ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][biː; bi] [wɑːʃt] [kliːn] [ʌv; əv][ɪts]
It must also have oxygen , and it must be washed clean of its
它 必须 还 有 氧 , 和 它 必须 是 洗过 干净的 的 它是
[weɪst] ['mætər] .
waste matter .
浪费 事情 .

它还必须有氧气，并且必须洗净其中的废物。

[ɔːl] [ðɪs] [ɪz] [dʌn] [baɪ][ðə; ði] [striːmz] [ʌv; əv] [blʌd] ,
All this is done by the streams of blood ,
全部 这 是 完毕 经过 这 溪流 的 血 ,

这一切都是由血液流动完成的。

[wɪtʃ] [beɪð] ['evri] [sel] [tuː; tə] [brɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [fuːd] [ænd; ənd]['ɑːksɪdʒən][ænd; ənd][tuː; tə] [wɑːʃ] [ə'weɪ] [ɪts]
which bathe every cell to bring it food and oxygen and to wash away its
哪个 洗澡 每一个 细胞 到 带来 它 食物 和 氧 和 到 洗 离开 它是
[weɪst] .
waste .
浪费 .

它们滋养每个细胞，为其提供食物和氧气，并冲走其废物。

[pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] . — [blʌd] [kən'sɪsts] [ʌv; əv][ə; eɪ] [klɪr] ,
Parts of the Blood . — Blood consists of a clear ,
部分 的 这 血 . — 血 由 的 一个 清除 ,

血液的组成部分——血液由清澈的、

['wɔːtəri] [pɑːrt] [kɔːld] ['plæzmə][ænd; ənd] ['meni] ['lɪt(ə)l] ['bɑːdɪz] [neɪmd] ['sɛlz] .
watery part called plasma and many little bodies named cells .
水状的 部分 称为 等离子体 和 许多 小的 身体 命名 细胞 .

由称为血浆的液体部分和称为细胞的许多小体组成。

[ðə; ði]['lɪkwɪd] [faʊnd] [ɪn][ə; eɪ] ['blɪstər] [ɪz][ðə; ði] [klɪr] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] .
The liquid found in a blister is the clear part of the blood .
这 液体 成立 在 一个 水疱 是 这 清除 部分 的 这 血 .

水疱中的液体是血液中透明的部分。

[ðə; ði] ['sɛlz] [wɪtʃ] [floʊt] [ɪn]
The cells which float in
这 细胞 哪个 漂浮 在

漂浮在水中的细胞

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 118]
[页 -]

[第118页]

[ðə; ði] ['wɔːtəri] [pɑːrt][ɑːr; ər][soʊ]['lɪt(ə)l][ænd; ənd][soʊ] [kloʊz] [tə'geðər] [ðæt] [mɔːr] [ðæn; ðən][ə; eɪ] ['mɪljən]
the watery part are so little and so close together that more than a million
这 水状的 部分 是 所以 小的 和 所以 关闭 一起 那 更多的 比 一个 百万
[ɑːr; ər][ɪn] [iːtʃ] [drɑːp][ʌv; əv] [blʌd] .
are in each drop of blood .
是 在 每个 降低 的 血 .

水样部分非常少，而且排列非常紧密，以至于每一滴血中都含有超过一百万个水样部分。

[ə; eɪ] [fjuː] [ʌv; əv][ðə; ði] ['sɛlz] [ɑːr; ər] [waɪt] , [bʌt; bət][moʊst][ʌv; əv][ðem; ðəm][ɑːr; ər] [red] ,

A	few	of	the	cells	are	white	,	but	most	of	them	are	red	,
一个	很少	的	这	细胞	是	白色的	,	但	最多	的	他们	是	红色的	,

少数细胞是白色的，但大多数是红色的。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðer; ðər] ['kʌlər] [ðæt] [meɪks] [ðə; ði] [blʌd] [lʊk] [red] .

and	it	is	their	color	that	makes	the	blood	look	red	.
和	它	是	他们的	颜色	那	制作	这	血	看	红色的	.

正是它们的颜色使血液看起来是红色的。

[jʊr; jər]['bɑːdi] [kən'teɪnz] [ə'baʊt] [wʌn] ['gælən] [ʌv; əv] [blʌd] .

Your	body	contains	about	one	gallon	of	blood	.
你的	身体	包含	关于	一	加仑	的	血	.

你的身体大约含有一加仑血液。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['kærid] [θruː] [ðə; ði]['bɑːdi][ɪn] ['bræntʃɪŋ] [tjʊb] [kɔːld] [blʌd] ['ves(ə)lz] ([fɪg] . -) .

It	is	carried	through	the	body	in	branching	tubes	called	blood	vessels	(	Fig	.	70	)	.
它	是	携带	通过	这	身体	在	分枝	管子	称为	血	船只	(	如图	.	-	)	.

它通过称为血管的分支管道输送到全身（图 70）。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv][ðə; ði] [hɑːrt] [frʌm; frəm][ɪn] [frʌnt] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [lʌŋz] [pɪnd] [ə'saɪd] .

69	—	Photograph	of	the	heart	from	in	front	with	the	lungs	pinned	aside	.
-	—	照片	的	这	心	从	在	正面	和	这	肺	已置顶	旁边	.

69 —从正面拍摄的心脏照片，肺部被固定在一边。

[wʌn] [fɔːrθ] ['nætʃ(ə)rəl][saɪz] .

One	fourth	natural	size	.
一	第四	自然的	尺寸	.

四分之一的自然尺寸。

[ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] . — [ðer; ðər][ɑːr; ər] [fɔːr] [kaɪndz][ʌv; əv] [blʌd] ['ves(ə)lz] .

The	Blood	Vessels	.	—	There	are	four	kinds	of	blood	vessels	.
这	血	船只	.	—	那里	是	四	种类	的	血	船只	.

血管——血管有四种类型。

[ðeɪ] [ɑːr; ər][ðə; ði] [hɑːrt] , [ðə; ði] ['ɑːrtɚiːz] , [ðə; ði] ['kəpɪlərɪz] , [ænd; ənd][ðə; ði] [veɪnz] .

They	are	the	heart	,	the	arteries	,	the	capillaries	,	and	the	veins	.
他们	是	这	心	,	这	动脉	,	这	毛细血管	,	和	这	静脉	.

它们分别是心脏、动脉、毛细血管和静脉。

[ðə; ði] [hɑːrt] [laɪz][ɪn][ðə; ði] [tʃest] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] [lʌŋz] .

The	heart	lies	in	the	chest	between	the	lungs	.
这	心	谎言	在	这	胸部	之间	这	肺	.

心脏位于胸腔内，在两肺之间。

[ˌaɪ 'tiː] [skwiːziz] [ðə; ði] [blʌd] ['ɪntuː][ðə; ði] ['ɑːrtɚiːz] .

It	squeezes	the	blood	into	the	arteries	.
它	挤压	这	血	进入	这	动脉	.

它将血液挤压到动脉中。

[ðiːz] ['kæri] [ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə][ɔːl][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

These	carry	the	blood	to	all	parts	of	the	body	.
这些	携带	这	血	到	全部	部分	的	这	身体	.

它们将血液输送到身体的各个部位。

[ˌaɪ ˈtiː] [ðen] [rʌnz] [ˈɪntuː][ðə; ði] [ˈkəpɪlərɪz] , [wɪtʃ] [ɑːr; ər][ˈtaɪni] [tjʊb] [kəˈnektɪŋ] [ðə; ði] [ˈɑːrtəˌriːz]

It	then	runs	into	the	capillaries	,	which	are	tiny	tubes	connecting	the	arteries
它	然后	跑步	进入	这	毛细血管	,	哪个	是	微小的	管子	连接	这	动脉

[wɪð; wɪθ][ðə; ði] [veɪnz] .

with	the	veins	.
和	这	静脉	.

然后血液流入毛细血管，毛细血管是连接动脉和静脉的细小管道。

[ðə; ði] [veɪnz] [rɪˈtɜːrn] [ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə][ðə; ði] [hɑːrt] .

The	veins	return	the	blood	to	the	heart	.
这	静脉	返回	这	血	到	这	心	.

静脉将血液输送回心脏。

[ðə; ði] [blʌd] [floʊz] [soʊ][fæst] [ðæt] [ˌaɪ ˈtiː][goʊz][frʌm; frəm][ðə; ði] [hɑːrt] [daʊn] [tuː; tə][ðə; ði][toʊz] [ænd; ənd]

The	blood	flows	so	fast	that	it	goes	from	the	heart	down	to	the	toes	and
这	血	流量	所以	快速地	那	它	去	从	这	心	向下	到	这	脚趾	和

[bæk] [əˈgen] [ɪn][ə; eɪ][hæf] [ˈmɪnɪt] .

back	again	in	a	half	minute	.
后退	再次	在	一个	一半	分钟	.

血液流动速度非常快，从心脏到脚趾再返回心脏只需半分钟。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	119	]
[	页	-	]

[第119页]

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	120	]
[	页	-	]

[第120页]

[ðə; ði] [hɑːrt] [ɔːr] [pʌmp] [ʌv; əv] [laɪf] . — [wen] [ðə; ði] [hɑːrt] [ˈstɑːps][wiː; wi][daɪ] ,

The	Heart	or	Pump	of	Life	.	—	When	the	heart	stops	we	die	,
这	心	或者	泵	的	生活	.	—	什么时候	这	心	停止	我们	死	,

生命的心脏或泵——当心脏停止跳动时，我们就死亡了。

[bɪˈkəz, bɪˈkɔːz][ðə; ði] [blʌd] [kæn; kən][noʊ][lɔːŋgər] [floʊ] [tuː; tə] [ˈkæri] [fuːd] [ænd; ənd][ˈɑːksɪdʒən][tuː; tə][ðə; ði]

because	the	blood	can	no	longer	flow	to	carry	food	and	oxygen	to	the
因为	这	血	能	不	更长	流动	到	携带	食物	和	氧	到	这

[ˈhʌŋgri] [ˈtɪsˌjuːz, ˈtɪʃuːz] .

hungry	tissues	.
饥饿的	组织	.

因为血液无法再流动，无法将营养和氧气输送到需要的组织。

[ðə; ði] [hɑːrt] [ɪz][ə; eɪ][sæk][wɪð; wɪθ] [θɪk] [wɔːlz] [ʌv; əv] [ˈmʌs(ə)l] .

The	heart	is	a	sac	with	thick	walls	of	muscle	.
这	心	是	一个	囊	和	厚的	墙壁	的	肌肉	.

心脏是一个由厚厚的肌肉壁构成的囊状器官。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [ʃeɪpt] [laɪk][ə; eɪ] [ˈstrɔːberi] [ænd; ənd][ɪz] [əˈbaʊt] [æz; əz][lɑːrdʒ][æz; əz][jʊr; jər][fɪst] .

It	is	shaped	like	a	strawberry	and	is	about	as	large	as	your	fist	.
它	是	形状	喜欢	一个	草莓	和	是	关于	作为	大的	作为	你的	拳头	.

它的形状像草莓，大小和你的拳头差不多。

[ɪts] [ˈkævəti][ɪz][dɪˈvaɪdɪd][ˈɪntuː] [fɔːr] [pɑːrts] .

Its	cavity	is	divided	into	four	parts	.
它是	空腔	是	分割	进入	四	部分	.

它的空腔分为四个部分。

[ðə; ði] [tuː] [ˈʌpər] [wʌnz] [ɑːr; ər] [kɔːld] [ˈɔːrɪk(ə)l] [ænd; ənd][ðə; ði] [ˈloʊər] [wʌnz] [ɑːr; ər] [neɪmd] [ˈventrɪklz] .

The	two	upper	ones	are	called	auricles	and	the	lower	ones	are	named	ventricles	.
这	二	上	一个	是	称为	耳廓	和	这	降低	一个	是	命名	心室	.

上面的两个叫做耳廓，下面的两个叫做心室。

[ðə; ði] [blʌd] ['entərz] [ðə; ði] ['ɔːrɪk(ə)l] [ænd; ənd] [ðen] [pɔːz] [θruː] [æn; ən] ['oʊpənɪŋ] ['ɪntuː] [iːtʃ]

The	blood	enters	the	auricles	and	then	pours	through	an	opening	into	each
这	血	进入	这	耳廓	和	然后	倾倒	通过	一个	开幕	进入	每个

['ventrɪkl] ,

ventricle	,
心室	,

血液进入心房，然后通过开口流入每个心室。

[frʌm; frəm] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː] ['paːsiz] [aʊt] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['ɑːrtɝiːz] .

from	which	it	passes	out	into	the	arteries	.
从	哪个	它	通过	出去	进入	这	动脉	.

它由此流入动脉。

[ðə; ði] ['ɑːrtɝiːz] [ɔːr] ['sendɪŋ] [tjʊb] . — [ðə; ði] [blʌd] [ɪz] [sent] [aʊt] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [hɑːrt] [θruː]

The	Arteries	or	Sending	Tubes	.	—	The	blood	is	sent	out	from	the	heart	through
这	动脉	或者	发送	管子	.	—	这	血	是	发送	出去	从	这	心	通过

[ðə; ði] ['ɑːrtɝiːz] ['liːdɪŋ; 'ledɪŋ] [tuː; tə] [ɔːl] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] .

the	arteries	leading	to	all	parts	of	the	body	.
这	动脉	领导	到	全部	部分	的	这	身体	.

动脉或输血管道——血液从心脏通过动脉输送到身体的各个部位。

[ðə; ði] [tʃiːf] ['ɑːrtəri] [ɪz] [ðə; ði] [eɪ'ɔːrtə] .

The	chief	artery	is	the	aorta	.
这	首席	动脉	是	这	主动脉	.

主动脉是人体的主要动脉。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['lɑːrdʒər] [ðæn; ðən] [jʊr; jər] [θʌm] [ænd; ənd] [ɪk'stendz; ek'stendz] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [hɑːrt] [daʊn]

It	is	larger	than	your	thumb	and	extends	from	the	heart	down
它	是	更大的	比	你的	拇指	和	扩展	从	这	心	向下

[θruː] [ðə; ði] ['bɑːdi] [ɪn] [frʌnt] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bækboʊn] .

through	the	body	in	front	of	the	backbone	.
通过	这	身体	在	正面	的	这	骨干	.

它比你的拇指还大，从心脏向下延伸，穿过身体，位于脊柱前方。

[ˌaɪ 'tiː] [hæz; həz] [mɔːr] [ðæn; ðən] ['twenti] ['bræntʃɪz] .

It	has	more	than	twenty	branches	.
它	有	更多的	比	二十	分支	.

它拥有二十多家分店。

[ɔːl] [ʌv; əv] [ðiːz] [bræntʃ] [ə'gen] [ænd; ənd] [ə'gen] [laɪk] [ðə; ði] [lɪmz] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [triː] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑːr; ər]

All	of	these	branch	again	and	again	like	the	limbs	of	a	tree	until	they	are
全部	的	这些	分支	再次	和	再次	喜欢	这	四肢	的	一个	树	直到	他们	是

['faɪnər] [ðæn; ðən] [her] .

finer	than	hairs	.
更精细	比	头发	.

所有这些分支都像树枝一样不断分叉，直到它们比毛发还要细。

[ə; eɪ] [lɑːrdʒ] [tuːb] , [ðə; ði] [lʌŋ] ['ɑːrtəri] , [teɪks] [blʌd] [də'rektli; daɪ'rektli] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [hɑːrt] [tuː; tə]

A	large	tube	,	the	lung	artery	,	takes	blood	directly	from	the	heart	to
一个	大的	管子	,	这	肺	动脉	,	需要	血	直接地	从	这	心	到

[ðə; ði] [lʌŋz] .

the	lungs	.
这	肺	.

肺动脉是一根粗大的管道，它将血液直接从心脏输送到肺部。

[hɪr] [ˌaɪ 'tiː] ['bræntʃɪz] ['ɪntuː] [mɔːr] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] [dɪ'vɪʒnz] ,

Here	it	branches	into	more	than	a	thousand	divisions	,
这里	它	分支	进入	更多的	比	一个	千	部门	,

这里它分支成一千多个部门，

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [blʌd] [kæn; kən] [teɪk] [ɪn]['ɑːksɪdʒən][ænd; ənd] [gɪv] [ɔːf] [tuː; tə][ðə; ði] [lʌŋz] [ɪts] [weɪst] .

so	that	the	blood	can	take	in	oxygen	and	give	off	to	the	lungs	its	waste	.
所以	那	这	血	能	拿	在	氧	和	给	离开	到	这	肺	它是	浪费	.

这样血液才能吸收氧气，并将废物输送到肺部。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['ɑːrtɘːz] , [ðə; ði] [tjʊb] ['kæriɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] [frʌm; frəm][ðə; ði] [hɑːrt] [θruː] [ðə; ði]['bɑːdi] .

70	—	Arteries	,	the	tubes	carrying	the	blood	from	the	heart	through	the	body	.
-	—	动脉	,	这	管子	携带	这	血	从	这	心	通过	这	身体	.

70 —动脉，将血液从心脏输送到全身的管道。

['oʊnli][ðə; ði] [tʃiːf] ['ves(ə)lz] [ɑːr; ər] [ʃoʊn] [ɑːn][wʌn] [saɪd] .

Only	the	chief	vessels	are	shown	on	one	side	.
仅有的	这	首席	船只	是	所示	在	一	边	.

画面一侧只展示了主要船只。

[ðə; ði] ['kəpɪlərɪz] [ɔːr] ['fiːdɪŋ] [tjʊb] . — [ðiːz] [ɑːr; ər][ðə; ði]['taɪni] [tjʊb] , ['faɪnər][ðæn; ðən] [her] ,

The	Capillaries	or	Feeding	Tubes	.	—	These	are	the	tiny	tubes	,	finer	than	hairs	,
这	毛细血管	或者	喂养	管子	.	—	这些	是	这	微小的	管子	,	更精细	比	头发	,

毛细血管或营养输送管——这些是比头发丝还细的微小管道。

[wɪtʃ] [dʒɔɪn][ðə; ði] [smɔːlɪst] [end] ['brentʃɪz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['ɑːrtɘːz] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [bi'giniŋz] [ʌv; əv]

which	join	the	smallest	end	branches	of	the	arteries	with	the	beginnings	of
哪个	加入	这	最小	结尾	分支	的	这	动脉	和	这	开端	的

[ðə; ði]['lɪt(ə)l] [veɪnz] .

the	little	veins	.
这	小的	静脉	.

它将动脉的最小末端分支与小静脉的起始端连接起来。

[ðeɪ] [ɑːr; ər][soʊ] ['θɪkli] ['skætərd] [ɪn][ðə; ði]

They	are	so	thickly	scattered	in	the
他们	是	所以	浓密	疏散	在	这

它们密集地分布在.....

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	121	]
[	页	-	]

[第121页]

[fleʃ] [ðæt] [juː; jʊ] ['kænɑːt] [stɪk] [ˌaɪ 'tiː][wɪð; wɪθ][ə; eɪ][pɪn] [wɪ'ðaʊt] ['pɪrsɪŋ] [wʌn] .

flesh	that	you	cannot	stick	it	with	a	pin	without	piercing	one	.
肉	那	你	不能	戳	它	和	一个	别针	没有	冲孔	一	.

肉质极硬，用针扎一下都会刺破针。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] [kɔːld] ['fiːdɪŋ] [tjʊb] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [hæv; həv] [sʌtʃ] ['veri] [θɪn] [wɔːlz] [ðæt] [ðə; ði] [fuːd]

They	are	called	feeding	tubes	because	they	have	such	very	thin	walls	that	the	food
他们	是	称为	喂养	管子	因为	他们	有	这样的	非常	薄的	墙壁	那	这	食物

[ɪn][ðə; ði] [blʌd] [ænd; ənd][ðə; ði]['ɑːksɪdʒən] [brɔːt] [frʌm; frəm][ðə; ði] [lʌŋz] [kæn; kən] [pæs] [θruː]

in	the	blood	and	the	oxygen	brought	from	the	lungs	can	pass	through
在	这	血	和	这	氧	带来	从	这	肺	能	经过	通过

[tuː; tə] [fiːd] [ðə; ði] ['mʌslz] [ænd; ənd] ['ʌðər] ['ɔrgənz] .

to	feed	the	muscles	and	other	organs	.
到	喂养	这	肌肉	和	其他	器官	.

它们被称为喂食管，因为它们的管壁非常薄，血液中的营养物质和肺部输送的氧气可以通过这些管壁，为肌肉和其他器官提供营养。

[ðə; ði] [ded] [pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][ænd; ənd]['ɔːlsoʊ][ðə; ði] ['æʃɪz] [ʌv; əv][ðə; ði] [fuːd] [juːst] [ʌp] ,

The	dead	parts	of	the	body	and	also	the	ashes	of	the	food	used	up	,
这	死的	部分	的	这	身体	和	还	这	灰烬	的	这	食物	用过的	向上	,

尸体的腐烂部分以及用过的粮食的灰烬，

[pæs] [frʌm; frəm][ðə; ði] ['ɔrgənz] ['ɪntuː][ðə; ði] ['kəpɪlərɪz] .

pass	from	the	organs	into	the	capillaries	.
经过	从	这	器官	进入	这	毛细血管	.

从器官进入毛细血管。

[ðə; ði] [veɪnz] [ɔːr] [rɪ'tɜːrnɪŋ] [tjʊb] . — [ðə; ði] [veɪnz] , [bɪ'gɪnɪŋ] [ɪn] [faɪn] ['bræntʃɪz] [fɔːrmd] [baɪ][ðə; ði] ['kəpɪlərɪz] ,

The	Veins	or	Returning	Tubes	.	—	The	veins	,	beginning	in	fine	branches	formed	by	the	capillaries	,
这	静脉	或者	返回	管子	.	—	这	静脉	,	开始	在	美好的	分支	形成	经过	这	毛细血管	,

静脉或回流管——静脉起始于毛细血管形成的细小分支，

[rɪ'tɜːrn] [ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə][ðə; ði] [hɑːrt] .

return	the	blood	to	the	heart	.
返回	这	血	到	这	心	.

将血液送回心脏。

[ðə; ði] ['bræntʃɪz] [juˈnaɪt]['ɪntuː]['lɑːrdʒər][ænd; ənd]['lɑːrdʒər] ['ves(ə)lz] [ænd; ənd] ['faɪnəli] [floʊ] ['ɪntuː][wʌn] [meɪn] [veɪn] ,

The	branches	unite	into	larger	and	larger	vessels	and	finally	flow	into	one	main	vein	,
这	分支	团结	进入	更大的	和	更大的	船只	和	最后	流动	进入	一	主要的	静脉	,

这些分支血管汇聚成越来越大的血管，最终汇入一条主静脉。

[ðə; ði] ['vinə] ['kɑːvə] .

the	vena	cava	.
这	静脉	卡瓦	.

下腔静脉。

[ðɪs] [ɪk'stendz; ek'stendz] [ə'lɔːŋ] [ɪn] [frʌnt] [ʌv; əv][ðə; ði] ['bækboʊn] [ænd; ənd]['əupənz]['ɪntuː][ðə; ði] [hɑːrt] .

This	extends	along	in	front	of	the	backbone	and	opens	into	the	heart	.
这	扩展	沿着	在	正面	的	这	骨干	和	打开	进入	这	心	.

它沿着脊柱前方延伸，并通向心脏。

[waɪ] [ðə; ði] [blʌd] [floʊz] [ɪn]['oʊnli][wʌn][dəˈrekʃn; daɪˈrekʃn] . — [ðə; ði] [hɑːrt] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] [floʊ] [ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] .

Why	the	Blood	flows	in	only	one	Direction	.	—	The	heart	causes	the	flow	of	the	blood	.
为什么	这	血	流量	在	仅有的	一	方向	.	—	这	心	原因	这	流动	的	这	血	.

为什么血液只能单向流动？——心脏控制着血液的流动。

[ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [ðɪs] [baɪ] ['skwiːzɪŋ] [tə'geðər] [ɪts] [wɔːlz] [soʊ][æz; əz][tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [blʌd] [goʊ] [aʊt] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['ɑːrtɚiːz] .

It	does	this	by	squeezing	together	its	walls	so	as	to	make	the	blood	go	out	into	the	arteries	.
它	做	这	经过	挤压	一起	它是	墙壁	所以	作为	到	制作	这	血	去	出去	进入	这	动脉	.

它通过收缩血管壁，使血液流入动脉。

[wen] [wʌns] [ɪn][ðə; ði] ['ɑːrtɚiːz] ,

When	once	in	the	arteries	,
什么时候	一次	在	这	动脉	,

一旦进入动脉，

[ðə; ði] [blʌd] [mʌst; məst][goʊ]['fɔːrwərd][bɪ'kɔːz, bɪ'kɔːz][ðer; ðər][ɑːr; ər]['lɪt(ə)l] [dɔːz] [æt; ət][ðə; ði] [maʊðz]
the blood must go forward because there are little doors at the mouths
这 血 必须 去 向前 因为 那里 是 小的 门 在 这 嘴
[ʌv; əv][ðə; ði] ['ɑːrtɝiːz] [ɪn][ðə; ði] [hɑːrt] .
of the arteries in the heart .
的 这 动脉 在 这 心 .

血液必须向前流动，因为心脏动脉的开口处有小小的通道。

[ðiːz] [dɔːz] , [kɔːld] [vælvz] , ['oʊpən][ɪn]['oʊnli][wʌn][də'rekʃn; daɪ'rekʃn] ,
These doors , called valves , open in only one direction ,
这些 门 , 称为 阀门 , 打开 在 仅有的 一 方向 ,

这些被称为阀门的门只能朝一个方向打开。

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [blʌd] ['kænɑːt] [floʊ] ['bækwərd] ([fɪg] . -) .
so that the blood cannot flow backward (Fig . 71) .
所以 那 这 血 不能 流动 落后 (如图 . -) .

这样血液就不会倒流（图 71）。

[ðer; ðər][ɑːr; ər] ['ʌðər] [vælvz] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['ʌpər] [ænd; ənd] ['loʊər] ['kævitiz] [ʌv; əv][ðə; ði] [hɑːrt] ,
There are other valves between the upper and lower cavities of the heart ,
那里 是 其他 阀门 之间 这 上 和 降低 空腔 的 这 心 ,

心脏的上腔和下腔之间还有其他瓣膜。

[priˈventɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] [frʌm; frəm] ['biːɪŋ] [pʊʃt] [bæk] ['ɪntuː][ðə; ði] [veɪnz] .
preventing the blood from being pushed back into the veins .
预防 这 血 从 存在 推动 后退 进入 这 静脉 .

阻止血液回流到静脉。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðə; ði] [hɑːrt] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [frʌnt] [pɑːrt] [kʌt] [ə'weɪ] [tuː; tə] [ʃoʊ] [ðə; ði] [fɔːr] ['tʃembər] [ænd; ənd]
71 — The heart with the front part cut away to show the four chambers and
- — 这 心 和 这 正面 部分 切 离开 到 展示 这 四 房间 和
[vælvz] .
valves .
阀门 .

71 —心脏的前部被切开，露出四个腔室和瓣膜。

[ðə; ði]['ærəus] [ʃoʊ] [ðə; ði][də'rekʃn; daɪ'rekʃn][ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði] [blʌd] [floʊz] .
The arrows show the direction in which the blood flows .
这 箭头 展示 这 方向 在 哪个 这 血 流量 .

箭头指示血液流动的方向。

[ðə; ði] ['muːvmənt] [ʌv; əv][ðə; ði] [wɔːlz] [ʌv; əv][ðə; ði] [hɑːrt] [ɪn][ænd; ənd] [aʊt] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] [hɑːrt] [biːt] .
The movement of the walls of the heart in and out is called the heart beat .
这 移动 的 这 墙壁 的 这 心 在 和 出去 是 称为 这 心 打 .

心脏壁向内和向外的运动称为心跳。

[ðɪs] [kæn; kən][biː; bi] ['pleɪnli]
This can be plainly
这 能 是 显然

这可以很直白地说

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 122]
[页 -]

[felt] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ðə; ði][hænd][ɑːn][ðə; ði] [left] [saɪd] [ʌv; əv][ðə; ði] [tʃest] .

felt	by	placing	the	hand	on	the	left	side	of	the	chest	.
毛毡	经过	放置	这	手	在	这	左边	边	的	这	胸部	.

将手放在胸口左侧，感觉到了。

[ðə; ði] [hɑːrt] [biːts] [ə'baʊt] ['sev(ə)nti] [taɪmz] [iːtʃ] ['mɪnɪt] [ɪn] [groʊn] ['pɜːrsənz] , [bʌt; bət] [mʌtʃ] ['ɒf(tə)n] [ɪn] ['tʃɪldrən] .

The	heart	beats	about	seventy	times	each	minute	in	grown	persons	,	but	much	oftener	in	children	.
这	心	节拍	关于	七十	时代	每个	分钟	在	生长	人	,	但	很多	更频繁	在	孩子们	.

成年人的心跳每分钟大约70次，但儿童的心跳频率要高得多。

[æt; ət] [iːtʃ] [biːt] [ə; eɪ] [weɪv] [ʌv; əv] [blʌd] [floʊz] [ə'lɔːŋ] [ðə; ði] ['ɑːrtɚiːz] .

At	each	beat	a	wave	of	blood	flows	along	the	arteries	.
在	每个	打	一个	海浪	的	血	流量	沿着	这	动脉	.

每一次心跳都会有一波血液沿着动脉流动。

[ðɪs] [ɪz] [noʊn] [æz; əz][ðə; ði] [pʌls] .

This	is	known	as	the	pulse	.
这	是	已知	作为	这	脉冲	.

这就是所谓的脉搏。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [felt] [æt; ət][ðə; ði] [beɪs] [ʌv; əv][ðə; ði] [θʌm] ,

It	may	be	felt	at	the	base	of	the	thumb	,
它	可能	是	毛毡	在	这	根据	的	这	拇指	,

可能在拇指根部能感觉到，

[wer] [æn; ən] ['ɑːrtəri] [rʌnz] [dʒʌst] ['ʌndər] [ðə; ði] [skɪn] .

where	an	artery	runs	just	under	the	skin	.
在哪里	一个	动脉	跑步	只是	在下面	这	皮肤	.

动脉位于皮肤下方。

[waɪ] [ðə; ði] [hɑːrt] ['sʌmtaɪmz] [biːts] ['fæstər] . — [wen] [wiː; wi] [rʌn] [ɔːr][duː][hɑːrd] [wɜːrk] ,

Why	the	Heart	sometimes	beats	Faster	.	—	When	we	run	or	do	hard	work	,
为什么	这	心	有时	节拍	快点	.	—	什么时候	我们	跑步	或者	做	难的	工作	,

为什么心跳有时会加快？——当我们跑步或进行剧烈运动时，

[ðə; ði] [hɑːrt] [meɪ] [biːt] [twaɪs] [æz; əz] [fæst] [æz; əz] [wen] [wiː; wi] [ɑːr; ər] ['laɪɪŋ] [daʊn] .

the	heart	may	beat	twice	as	fast	as	when	we	are	lying	down	.
这	心	可能	打	两次	作为	快速地	作为	什么时候	我们	是	说谎	向下	.

心跳速度可能会比躺下时快一倍。

[ðɪs] [ɪz] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðə; ði] ['mʌslz] [niːd] [mɔːr] ['ɑːksɪdʒən] [tuː; tə] [help] [ðem; ðəm] [ækt] .

This	is	because	the	muscles	need	more	oxygen	to	help	them	act	.
这	是	因为	这	肌肉	需要	更多的	氧	到	帮助	他们	行为	.

这是因为肌肉需要更多的氧气来帮助它们活动。

[wɜːrk] [meɪks] [ðem; ðəm] [get] ['hʌŋgri] ,

Work	makes	them	get	hungry	,
工作	制作	他们	得到	饥饿的	,

工作让他们感到饥饿。

[ænd; ənd] [ðeɪ] [send] [wɜːrd] [baɪ] [ðə; ði] [nəːvs] [tuː; tə] [ðə; ði] [hɑːrt] [tuː; tə] ['hɜːri] [ə'lɔːŋ] [ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə] [brɪŋ] [mɔːr] ['ɑːksɪdʒən] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [lʌŋz] .

and	they	send	word	by	the	nerves	to	the	heart	to	hurry	along	the	blood	to	bring	more	oxygen	from	the	lungs	.
和	他们	发送	单词	经过	这	神经	到	这	心	到	匆忙	沿着	这	血	到	带来	更多的	氧	从	这	肺	.

它们通过神经向心脏发出信号，加快血液从肺部输送更多氧气。

[wen] [dʒəːmz] [meɪk] [ðə; ði]['bɑːdi] [sɪk] ,

When	germs	make	the	body	sick	,
什么时候	细菌	制作	这	身体	生病的	,

当细菌使身体生病时，

[ðə; ði] [hɑːrt] ['ɔːf(ə)n] [biːts] ['fæstər][bɪ'kɔːz][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ə'fektɪd] [baɪ][ðə; ði] ['pɔɪzn] [meɪd] [baɪ][ðə; ði]

the	heart	often	beats	faster	because	it	is	affected	by	the	poison	made	by	the
这	心	经常	节拍	快点	因为	它	是	做作的	经过	这	毒	制成	经过	这

[dʒəːmz] .

germs	.
细菌	.

由于受到细菌产生的毒素的影响，心脏往往会跳动加快。

[ðə; ði]['dɑːktər] [ðen] [fiːlz] [ðə; ði] [pʌls] [tuː; tə] [tel] [haʊ] [mʌtʃ] [ðə; ði]['bɑːdi][ɪz] ['pɔɪznd] .

The	doctor	then	feels	the	pulse	to	tell	how	much	the	body	is	poisoned	.
这	医生	然后	感觉	这	脉冲	到	告诉	如何	很多	这	身体	是	中毒	.

医生随后会触摸脉搏，以判断体内毒素的含量。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	123	]
[	页	-	]

[第123页]

[juːz] [ʌv; əv] [blʌd] ['sɛlz] . — [ðə; ði] [red] ['sɛlz] [ækt] [laɪk] ['boʊts] .

Use	of	Blood	Cells	.	—	The	red	cells	act	like	boats	.
使用	的	血	细胞	.	—	这	红色的	细胞	行为	喜欢	船	.

血液细胞的用途——红细胞就像船一样。

[ðeɪ] [loʊd] [ʌp] [wɪð; wɪθ]['ɑːksɪdʒən][ɪn][ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] ['kæri] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][ɔːl][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]

They	load	up	with	oxygen	in	the	lungs	and	carry	it	to	all	parts	of	the
他们	加载	向上	和	氧	在	这	肺	和	携带	它	到	全部	部分	的	这

['bɑːdi] .

body	.
身体	.

它们在肺部吸收氧气，并将氧气输送到身体的各个部位。

[hɪr] [ðeɪ] [treɪd] [ˌaɪ 'tiː] [ɔːf] [fɔːr; fər]['kɑːrbən][daɪ'ɑːksaɪd] , [ə; eɪ] [weɪst] ['sʌbstəns] .

Here	they	trade	it	off	for	carbon	dioxide	,	a	waste	substance	.
这里	他们	贸易	它	离开	为了	碳	二氧化硫	,	一个	浪费	物质	.

在这里，它们用这种物质交换二氧化碳这种废弃物。

[ðɪs] [ðeɪ] ['kæri] [bæk] [tuː; tə][ðə; ði] [lʌŋz] [tuː; tə][biː; bi][kæst] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

This	they	carry	back	to	the	lungs	to	be	cast	out	of	the	body	.
这	他们	携带	后退	到	这	肺	到	是	投掷	出去	的	这	身体	.

它们将这些物质带回肺部，最终排出体外。

[ðer; ðər][ɪz][wʌn] [waɪt] [blʌd] [sel] [tuː; tə] ['evri] [fɔːr] ['hʌndrəd] [red] [wʌnz] .

There	is	one	white	blood	cell	to	every	four	hundred	red	ones	.
那里	是	一	白色的	血	细胞	到	每一个	四	百	红色的	一个	.

每400个红细胞中就含有1个白细胞。

[ðə; ði] [waɪt] ['sɛlz] [ɑːr; ər][ðə; ði]['bɑːdi] - [gɑːrdz] .

The	white	cells	are	the	body	-	guards	.
这	白色的	细胞	是	这	身体	-	守卫	.

白细胞就像保镖。

[ðeɪ] [tʃeɪndʒ] [ðer; ðər] [ʃeɪp] [ænd; ənd][ɑːr; ər]['eɪb(ə)l][tuː; tə] [krɔːl] [θruː] [ðə; ði] [wɔːlz] [ʌv; əv][ðə; ði]

They	change	their	shape	and	are	able	to	crawl	through	the	walls	of	the
他们	改变	他们的	形状	和	是	有能力的	到	爬行	通过	这	墙壁	的	这

['kəpɪlərɪz] .

capillaries	.
毛细血管	.

它们会改变形状，并能穿过毛细血管壁。

[wer'evər] [ðə; ði]['bɑːdi][ɪz][hɜːrt] ,
Wherever the body is hurt ,
无论 这 身体 是 伤害 ,

身体任何部位受伤，

[ðeɪ] [kə'lekt] [ɪn][lɑːrdʒ] ['nʌmbərz] [ænd; ənd] [iːt] [ðə; ði][dʒəːmz] [wɪtʃ] [ɑːr; ər] ['ɔːlweɪz] ['traɪɪŋ] [tuː; tə] [get]
they collect in large numbers and eat the germs which are always trying to get
他们 收集 在 大的 数字 和 吃 这 细菌 哪个 是 总是 尝试 到 得到
['ɪntuː][ðə; ði]['bɑːdi] [θruː] [sɔːz] .
into the body through sores .
进入 这 身体 通过 疮 .

它们大量聚集，吃掉那些总是试图通过伤口进入人体的细菌。

[ðə; ði] [waɪt] ['mætər] [kɔːld] [pʌs] [ɪn][ə; eɪ] [sɔːr] [ɪz] ['lɑːrdʒli] [meɪd] [ʌv; əv] [waɪt] [blʌd] ['sɛlz] [wɪtʃ]
The white matter called pus in a sore is largely made of white blood cells which
这 白色的 事情 称为 脓 在 一个 疮 是 很大程度上 制成 的 白色的 血 细胞 哪个
[keɪm] [ðer; ðər][tuː; tə] [faɪt] [ðə; ði][dʒəːmz][ænd; ənd][wɜːr; wər] [kɪld] [ɪn][ðə; ði]['bæt(ə)l] .
came there to fight the germs and were killed in the battle .
来了 那里 到 斗争 这 细菌 和 是 被杀 在 这 战斗 .

疮口中的白色物质，也就是脓液，主要由白细胞组成，这些白细胞来到这里是为了对抗细菌，但在战斗中被杀死了。

[ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv] [bɔɪlz] [ænd; ənd] ['fiːvəz] ['ɔːf(ə)n] [get] ['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] ,
The germs of boils and fevers often get into the blood ,
这 细菌 的 沸腾 和 发烧 经常 得到 进入 这 血 ,

疖子和发烧的病菌常常会进入血液。

[bʌt; bət][ðə; ði] [waɪt] ['sɛlz] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [kɪl] [ðem; ðəm] [bɪ'fɔːr] [ðeɪ] [hæv; həv][ə; eɪ] [tʃæns] [tuː; tə] [groʊ]
but the white cells usually kill them before they have a chance to grow
但 这 白色的 细胞 通常 杀 他们 前 他们 有 一个 机会 到 生长
['ɪntuː][lɑːrdʒ] ['nʌmbərz] [ænd; ənd] [meɪk] [ðə; ði]['bɑːdi] [sɪk] .
into large numbers and make the body sick .
进入 大的 数字 和 制作 这 身体 生病的 .

但是白细胞通常会在它们有机会大量繁殖并使身体生病之前将其杀死。

[haʊ] [tuː; tə][stɑːp] ['bliːdɪŋ] . — [moʊst][ʌv; əv][ðə; ði]['lɑːrdʒər] ['ɑːrtɚiːz] [ɑːr; ər] [diːp] [ɪn][ðə; ði] [fleʃ]
How to stop Bleeding . — Most of the larger arteries are deep in the flesh
如何 到 停止 出血 . — 最多 的 这 更大的 动脉 是 深的 在 这 肉
[ænd; ənd] ['seldəm] [get] [kʌt] .
and seldom get cut .
和 很少 得到 切 .

如何止血——大多数较大的动脉位于肌肉深处，很少会被割断。

[ðer; ðər][ɑːr; ər] ['meni] [veɪnz] [dʒʌst] ['ʌndər] [ðə; ði] [skɪn] .
There are many veins just under the skin .
那里 是 许多 静脉 只是 在下面 这 皮肤 .

皮肤下有很多血管。

[ɪf] [ðə; ði] [blʌd] [kʌmz] [aʊt] [ɪn] [spɜːrt] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz][frʌm; frəm][æn; ən]['ɑːrtəri] ; [bʌt; bət] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [floʊz]
If the blood comes out in spurts , it is from an artery ; but if it flows
如果 这 血 来 出去 在 喷涌 , 它 是 从 一个 动脉 ; 但 如果 它 流量
['stedəli] ,
steadily ,
稳步 ,

如果血液呈喷射状流出，则来自动脉；但如果血液持续流出，

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第5/8页

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][frʌm; frəm][ə; eɪ][veɪn] .
it **is** **from** **a** **vein** **.**
它 是 从 一个 静脉 .

它取自静脉。

[ɪf] [ðə; ði] [blʌd] [dʌz] [nɑːt][rʌn] [aʊt][ɪn][ə; eɪ] [striːm] , [ˌaɪ ˈtiː] [wɪl] [stɑːp] [wɪˈðaʊt] ['eni] ['speʃ(ə)l] [ker] .
If **the** **blood** **does** **not** **run** **out** **in** **a** **stream** **,** **it** **will** **stop** **without** **any** **special** **care** **.**
如果 这 血 做 不是 跑步 出去 在 一个 溪流 , 它 将要 停止 没有 任何 特别的 关心 .

如果血液没有成流状流出，即使不进行特殊处理，也会自行停止。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði] [blʌd] [gets] [tuː; tə][ðə; ði] [er] [ˌaɪ ˈtiː][fɔːrmz][ə; eɪ] ['dʒɛliˌlaɪk] [mæs] [kɔːld] [ə; eɪ]
As **soon** **as** **the** **blood** **gets** **to** **the** **air** **it** **forms** **a** **jellylike** **mass** **called** **a**
作为 很快 作为 这 血 获得 到 这 空气 它 表格 一个 果冻状 大量的 称为 一个
[klɑːt] .
clot **.**
凝块 .

血液一旦接触到空气，就会形成一种胶状物质，称为血凝块。

[ðɪs] ['hɛlps] [stɑːp][ðə; ði] [floʊ] .
This **helps** **stop** **the** **flow** **.**
这 帮助 停止 这 流动 .

这有助于止血。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[**Pg** **124** **]**
[页 -]

[第124页]

[ɔːl] [hɜːrt] ['pleɪsɪz] [ɪn][ðə; ði] [skɪn] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [taɪd] [ʌp] [ɪn][ə; eɪ] [kliːn] [klɔːθ] .
All **hurt** **places** **in** **the** **skin** **should** **be** **tied** **up** **in** **a** **clean** **cloth** **.**
全部 伤害 地方 在 这 皮肤 应该 是 系 向上 在 一个 干净的 布 .

皮肤上所有受伤的部位都应该用干净的布包扎起来。

[fɪg] .
Fig **.**
如图 .

如图。

- — ['stɑːpɪŋ] [ðə; ði] [floʊ] [ʌv; əv] [blʌd] [frʌm; frəm][æn; ən] ['ɑːrtəri] .
72 **—** **Stopping** **the** **flow** **of** **blood** **from** **an** **artery** **.**
- — 停止 这 流动 的 血 从 一个 动脉 .

72 — 阻断动脉的血液流动。

[ɪf] [ə; eɪ][lɑːrdʒ] ['ɑːrtəri] [ɪz] [kʌt] ,
If **a** **large** **artery** **is** **cut** **,**
如果 一个 大的 动脉 是 切 ,

如果一条大动脉被切断，

[ə; eɪ] ['bændɪdʒ] ['twɪstɪd] [taɪt] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [stɪk] [əˈraʊnd] [ðə; ði] [lɪm] [ɑːn][ðə; ði] [saɪd][ʌv; əv][ðə; ði]
a **bandage** **twisted** **tight** **with** **a** **stick** **around** **the** **limb** **on** **the** **side** **of** **the**
一个 绷带 扭曲 紧的 和 一个 戳 大约 这 肢 在 这 边 的 这
[wuːnd] [nekst][tuː; tə][ðə; ði] [hɑːrt] [wɪl] [stɑːp][ðə; ði] ['bliːdɪŋ] .
wound **next** **to** **the** **heart** **will** **stop** **the** **bleeding** **.**
伤口 下一个 到 这 心 将要 停止 这 出血 .

用一根棍子将绷带紧紧缠绕在伤口靠近心脏一侧的肢体上，即可止血。

[ɪf] [ə; eɪ] [veɪn] [ɪz] [kʌt] ,
If a vein is cut ,
如果 一个 静脉 是 切 ,

如果静脉被切断，

[ðə; ði] ['bændɪdʒ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [pleɪst] [ɑːn] [ðə; ði] [saɪd] [ʌv; əv] [ðə; ði] [kʌt] [ə'weɪ] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [hɑːrt] .
the bandage should be placed on the side of the cut away from the heart .
这 绷带 应该 是 放置 在 这 边 的 这 切 离开 从 这 心 .

绷带应该贴在远离心脏的伤口一侧。

[ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋks] ['wiːkən] [ðə; ði] [blʌd] . — [ˌaɪ 'tiː] [hæz; həz] [bɪn] ['noʊtɪst] [fɔːr; fər] [sʌm; səm] ['jɪrz] [ðæt]
Alcoholic Drinks weaken the Blood . — It has been noticed for some years that
酗酒者 饮料 削弱 这 血 . — 它 有 到过 注意到 为了 一些 年 那
[wen] [ə; eɪ] ['juːzər] [ʌv; əv] [bɪr] [ɔːr] ['wɪski] [ɪz] [ə'tækt] [wɪð; wɪθ] ['fiːvər] ,
when a user of beer or whisky is attacked with fever ,
什么时候 一个 用户 的 啤酒 或者 威士忌酒 是 遭到攻击 和 发烧 ,

酒精饮料会削弱血液。——多年来人们注意到，当饮用啤酒或威士忌的人发烧时，

[ðə; ði] [dɪ'ziːz] [ɪz] [mɔːr] [sɪ'vɪr] [ðæn; ðən] [ɪn] [wʌn] [nɑːt] ['juːzɪŋ] ['ælkəhɔːl] .
the disease is more severe than in one not using alcohol .
这 疾病 是 更多的 严重 比 在 一 不是 使用 酒精 .

饮酒者的病情比不饮酒者更为严重。

[ðə; ði] ['riːz(ə)n] [fɔːr; fər] [ðɪs] [hæz; həz] ['leɪtli] [bɪn] [ɪk'spleɪnd] [baɪ] [ə; eɪ] [wel] - [noʊn] ['saɪəntɪst] ['wɜːrkɪŋ]
The reason for this has lately been explained by a well - known scientist working
这 原因 为了 这 有 最近 到过 解释 经过 一个 出色地 - 已知 科学家 在职的
[ɪn] ['pærɪs] .
in Paris .
在 巴黎 .

最近，一位在巴黎工作的知名科学家解释了造成这种情况的原因。

[hiː; hi] [pʊt] ['sɜːrt(ə)n] [dɪ'ziːz] [dʒəːmz] [ɪn] ['ræbəts] , [bʌt; bət] [ðeɪ] [dɪd] [nɑːt] [bɪ'kʌm] [sɪk] .
He put certain disease germs in rabbits , but they did not become sick .
他 放 肯定 疾病 细菌 在 兔子 , 但 他们 做过 不是 变得 生病的 .

他把某些致病细菌放进兔子体内，但它们并没有生病。

[wen] [hiː; hi] [geɪv] [ðem; ðəm] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['ælkəhɔːl] [ænd; ənd] [pʊt] [ðə; ði] [seɪm] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] [dɪ'ziːz]
When he gave them a little alcohol and put the same amount of disease
什么时候 他 给予 他们 一个 小的 酒精 和 放 这 相同的 数量 的 疾病
[dʒəːmz] [ɪn] [ðem; ðəm]
germs in them
细菌 在 他们

当他给他们喝了一点酒精，并放入等量的致病细菌后.....

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 125]
[页 -]

[第125页]

[æz; əz] [bɪ'fɔːr] , [ðeɪ] [bɪ'keɪm] [sɪk] [ænd; ənd] [daɪd] .
as before , they became sick and died .
作为 前 , 他们 成为 生病的 和 死亡 .

和以前一样，他们生病去世了。

[baɪ] ['kerf(ə)l] ['stʌdi] [hiː; hi] ['lɜːrnɪd] [ðæt] [ðə; ði] [waɪt] [blʌd] ['sɛlz] [hæd; həd] [ɪn] [ðə; ði] [fɜːrst] [keɪs] [kɪld]
By careful study he learned that the white blood cells had in the first case killed
经过 小心 学习 他 学习 那 这 白色的 血 细胞 有 在 这 第一的 案件 被杀
[ðə; ði] [dʒəːmz] .
the germs .
这 细菌 .

通过仔细研究，他了解到，在第一个案例中，白细胞杀死了细菌。

[ɪn][ðə; ði]['sekənd] [ɪk'sperɪmənt] [ðə; ði] [blʌd] ['sɛlz] [wɜ:r; wər] [meɪd] [soʊ] [wi:k] [ænd; ənd]['leɪzi][baɪ][ðə; ði]

In	the	second	experiment	the	blood	cells	were	made	so	weak	and	lazy	by	the
在	这	第二	实验	这	血	细胞	是	制成	所以	虚弱的	和	懒惰的	经过	这

['ælkəhɔ:l] [ðæt] [ðeɪ] [dɪd][nɑ:t][pʊt] [ʌp] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [strɔ:ŋ] [faɪt] [ə'genst] [ðə; ði][dʒə:mz] .

alcohol	that	they	did	not	put	up	such	a	strong	fight	against	the	germs	.
酒精	那	他们	做过	不是	放	向上	这样的	一个	强的	斗争	反对	这	细菌	.

在第二个实验中，酒精使血细胞变得非常虚弱和懒惰，以至于它们无法对细菌进行强有力的抵抗。

[tə'bækoʊ][ænd; ənd][ðə; ði] [blʌd] . — ['eni] [wʌn] [hu:] [tʃu:z] [ɔ:r] ['smoʊks] [tə'bækoʊ] ['regjələrli] [gets] [mʌtʃ]

Tobacco	and	the	Blood	.	—	Any	one	who	chews	or	smokes	tobacco	regularly	gets	much
烟草	和	这	血	.	—	任何	一	WHO	咀嚼	或者	烟雾	烟草	经常	获得	很多

[ʌv; əv][ðə; ði] ['pɔɪzn] ['ɪntu:][ðə; ði] [blʌd] .

of	the	poison	into	the	blood	.
的	这	毒	进入	这	血	.

烟草与血液——经常嚼烟或吸烟的人，血液中都会积累大量毒素。

[ðə; ði] ['ves(ə)lz] [ɪn][ðə; ði] [maʊθ] [ænd; ənd] [θroʊt] [drɪŋk] [ɪn][sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði][dʒu:s][ænd; ənd]['ɔ:lsoʊ]

The	vessels	in	the	mouth	and	throat	drink	in	some	of	the	juice	and	also
这	船只	在	这	嘴	和	喉	喝	在	一些	的	这	汁	和	还

[ðə; ði] ['pɔɪzn] [frʌm; frəm][ðə; ði] [smoʊk] .

the	poison	from	the	smoke	.
这	毒	从	这	抽烟	.

口腔和咽喉中的血管会吸收一些汁液，也会吸收烟雾中的毒素。

[haʊ] [mʌtʃ] [ðɪs] ['pɔɪzn] [ə'fekts; 'æfˌekts][ðə; ði] [blʌd] ['sɛlz] [ɪz][nɑ:t] [noʊn] ,

How	much	this	poison	affects	the	blood	cells	is	not	known	,
如何	很多	这	毒	影响	这	血	细胞	是	不是	已知	,

这种毒素对血细胞的影响程度尚不清楚。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['laɪkli] [tu:; tə][du:][ðem; ðəm][sʌm; səm][hɑ:rm][bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z][ˌaɪ 'ti:] [meɪks] [ðə; ði] ['groʊɪŋ]

but	it	is	likely	to	do	them	some	harm	because	it	makes	the	growing
但	它	是	可能	到	做	他们	一些	伤害	因为	它	制作	这	生长

['sɛlz] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di] [les] ['æktɪv] .

cells	of	the	body	less	active	.
细胞	的	这	身体	较少的	积极的	.

但这样做可能会对他们造成一些伤害，因为它会降低体内正在生长的细胞的活性。

[haʊ] [bɪr] ['wi:kənz] [ðə; ði] [hɑ:rt] . — ['wɪski] [wʌz; wəz][æt; ət][wʌn] [taɪm] [θɔ:t] [tu:; tə]['streŋ(k)θ(ə)n]

How	Beer	weakens	the	Heart	.	—	Whisky	was	at	one	time	thought	to	strengthen
如何	啤酒	减弱	这	心	.	—	威士忌酒	曾是	在	一	时间	想法	到	加强

[ðə; ði] [hɑ:rt] ,

the	heart	,
这	心	,

啤酒如何削弱心脏？——威士忌一度被认为能强健心脏。

[bʌt; bət] ['dɑ:ktɚz] ['dʒen(ə)rəli] [ə'gri:] [naʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'ti:] ['wi:kənz] [ðə; ði] [hɑ:rt] .

but	doctors	generally	agree	now	that	it	weakens	the	heart	.
但	医生	一般来说	同意	现在	那	它	减弱	这	心	.

但现在医生们普遍认为，它会削弱心脏功能。

[ˌaɪ 'ti:] [meɪ] [meɪk] [ðə; ði] [hɑ:rt] [bi:t] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [strɔ:ŋgər] [fɔ:r; fər][ə; eɪ] [fju:] ['mɪnɪts] ,

It	may	make	the	heart	beat	a	little	stronger	for	a	few	minutes	,
它	可能	制作	这	心	打	一个	小的	更强	为了	一个	很少	分钟	,

它可能会使心跳在几分钟内稍微增强一些。

[bʌt; bət]['æftər] [ðæt] [ðə; ði] ['bi:tɪŋ] [ɪz] ['wikər] [ðæn; ðən]['ju:ʒuəl] .

but	after	that	the	beating	is	weaker	than	usual	.
但	后	那	这	殴打	是	较弱	比	通常	.

但之后，殴打的力度比平时要轻。

[mʌtʃ] [juːz][ʌv; əv] [bɪr] [ɪz] [noʊn] [tuː; tə] [meɪk] [fæt] [kə'lekt] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [hɑːrt] [ænd; ənd]['ɔːlsoʊ] [kɔːz]

Much	**use**	**of**	**beer**	**is**	**known**	**to**	**make**	**fat**	**collect**	**around**	**the**	**heart**	**and**	**also**	**cause**
很多	使用	的	啤酒	是	已知	到	制作	胖的	收集	大约	这	心	和	还	原因

[sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] [hɑːrt] ['mʌs(ə)l] [ɪt'self][tuː; tə] [tʃeɪndʒ] ['ɪntuː][fæt] .

some	**of**	**the**	**heart**	**muscle**	**itself**	**to**	**change**	**into**	**fat**	**.**
一些	的	这	心	肌肉	本身	到	改变	进入	胖的	.

众所周知，大量饮用啤酒会导致脂肪在心脏周围积聚，还会导致部分心肌本身转化为脂肪。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [ðə; ði] [hɑːrt] [bɪ'kʌmz] [soʊ] [wiːk] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][noʊ][lɔːŋgər][duː][ɪts][wɜːrk] ,

In	**this**	**way**	**the**	**heart**	**becomes**	**so**	**weak**	**that**	**it**	**can**	**no**	**longer**	**do**	**its**	**work**	**,**
在	这	方式	这	心	变成	所以	虚弱的	那	它	能	不	更长	做	它是	工作	,

这样一来，心脏就会变得非常虚弱，以至于无法再正常工作。

[ænd; ənd] [deθ] [rɪ'zʌlts] .

and	**death**	**results**	**.**
和	死亡	结果	.

以及死亡结果。

[ðə; ði] [rɪ'pɔːrts] [frʌm; frəm]['dʒɜːrməni] [ʃoʊ] [ðæt] ['hʌndrədz] [ʌv; əv] ['pɝːsənz] [daɪ] ['evri] [jɪr] [frʌm; frəm]

The	**reports**	**from**	**Germany**	**show**	**that**	**hundreds**	**of**	**persons**	**die**	**every**	**year**	**from**
这	报告	从	德国	展示	那	数百	的	人	死	每一个	年	从

['wiːkənd] ['hɑːrts] [meɪd] [soʊ][baɪ][ðə; ði][juːz][ʌv; əv] [mʌtʃ] [bɪr] .

weakened	**hearts**	**made**	**so**	**by**	**the**	**use**	**of**	**much**	**beer**	**.**
减弱	心	制成	所以	经过	这	使用	的	很多	啤酒	.

来自德国的报告显示，每年有数百人因大量饮用啤酒导致心脏衰弱而死亡。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**126**	**]**
[	页	-	]

[第126页]

['ælkəhɔːl][hɜːrts][ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] . — ['kerf(ə)l] [ɪgˌzæmɪ'neɪʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] [ʌv; əv]

Alcohol	**hurts**	**the**	**Blood**	**Vessels**	**.**	**—**	**Careful**	**examination**	**of**	**the**	**blood**	**vessels**	**of**
酒精	疼痛	这	血	船只	.	—	小心	考试	的	这	血	船只	的

['drʌŋkədz] ['æftər] [deθ] [ʃoʊz] [ðæt] [ɪn] ['meni] ['keɪsɪz][ðə; ði]['ælkəhɔːl][hæz; həz] [kɔːzd] [ðə; ði] [wɔːlz]

drunkards	**after**	**death**	**shows**	**that**	**in**	**many**	**cases**	**the**	**alcohol**	**has**	**caused**	**the**	**walls**
醉汉	后	死亡	演出	那	在	许多	案例	这	酒精	有	导致	这	墙壁

[ʌv; əv][ðə; ði] ['ves(ə)lz] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] [θɪk] [ænd; ənd] ['sʌmtaɪmz] [hɑːrd] .

of	**the**	**vessels**	**to**	**become**	**thick**	**and**	**sometimes**	**hard**	**.**
的	这	船只	到	变得	厚的	和	有时	难的	.

酒精会损害血管。——对醉汉死后的血管进行仔细检查发现，在许多情况下，酒精会导致血管壁增厚，有时甚至变硬。

[ðə; ði] ['θɪkənɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði] [wɔːl] [meɪks] [ðə; ði] ['tʃæn(ə)l] [ʌv; əv][ðə; ði] [tuːb] ['smɔːlər] .

The	**thickening**	**of**	**the**	**wall**	**makes**	**the**	**channel**	**of**	**the**	**tube**	**smaller**	**.**
这	增稠	的	这	墙	制作	这	渠道	的	这	管子	较小的	.

管壁增厚导致管腔变窄。

[ðə; ði] [hɑːrt] [mʌst; məst] [ðen] [wɜːrk] [mʌtʃ] ['hɑːrdər][tuː; tə][get][ðə; ði] [blʌd] [θruː] [tuː; tə] [fiːd] [ðə; ði]

The	**heart**	**must**	**then**	**work**	**much**	**harder**	**to**	**get**	**the**	**blood**	**through**	**to**	**feed**	**the**
这	心	必须	然后	工作	很多	更难	到	得到	这	血	通过	到	喂养	这

['tɪsjuːz, 'tɪʃuːz] .

tissues	**.**
组织	.

这样一来，心脏就必须更加努力地工作，才能将血液输送到各个组织，为其提供营养。

[tə'bækoʊ][ænd; ənd][ðə; ði] [hɑːrt] . — ['meni] [bɔɪz] [huː] [juːz][tə'bækoʊ] ['regjələrli] [duː][nɑːt][hæv; həv][ə; eɪ]

Tobacco	**and**	**the**	**Heart**	**.**	**—**	**Many**	**boys**	**who**	**use**	**tobacco**	**regularly**	**do**	**not**	**have**	**a**
烟草	和	这	心	.	—	许多	男孩们	WHO	使用	烟草	经常	做	不是	有	一个

['stedi] [hɑːrt] [biːt] .

steady	**heart**	**beat**	**.**
稳定的	心	打	.

烟草与心脏——许多经常吸烟的男孩心跳不稳定。

[ðɪs] [ɪz] ['speʃəli] [truː] [ʌv; əv] [ðoʊz] [huː] [smoʊk] ['sevrəl] [sɪgə'rets] ['deɪli] .

This	is	specially	true	of	those	who	smoke	several	cigarettes	daily	.
这	是	特别	真的	的	那些	WHO	抽烟	一些	香烟	日常的	.

对于每天抽好几支烟的人来说，尤其如此。

[ə; eɪ] [fjuː] ['jɪrz] [ə'goʊ] , [wen] ['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] [wʌz; wəz][æt; ət][wɔːr][wɪð; wɪθ] [speɪn] , ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz]

A	few	years	ago	,	when	our	country	was	at	war	with	Spain	,	thousands
一个	很少	年	前	, 什么时候		我们的	国家	曾是	在	战争	和	西班牙	,	数千

[ʌv; əv] [jʌŋ] [men] ,

of	young	men	,
的	年轻的	男人	,

几年前，当我们的国家与西班牙交战时，成千上万的年轻人，

['wɑːntɪd] [fɔːr; fər]['soʊldʒərz] ,

wanted	for	soldiers	,
通缉	为了	士兵	,

招募士兵

[wɜːr; wər] [ɪg'zæmɪnd] [tuː; tə][faɪnd] [aʊt] ['weðər] [ðer; ðər] ['bɑːdɪz] [wɜːr; wər] [strɔːŋ] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [ɪn'dʊr]

were	examined	to	find	out	whether	their	bodies	were	strong	enough	to	endure
是	检查	到	寻找	出去	无论	他们的	身体	是	强的	足够的	到	忍受

[ðə; ði] ['hɑːdʃɪps] [ʌv; əv][wɔːr] .

the	hardships	of	war	.
这	艰辛	的	战争	.

对他们进行检查，以确定他们的身体是否足够强壮，能够承受战争的艰辛。

['hʌndrədz] [wɜːr; wər][rɪ'fjuːzd; 'refjuːs] [æd'mɪt(ə)ns] [tuː; tə][ðə; ði]['ɑːrmi][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ʌv; əv] [wiːk] ['bɑːdɪz] ,

Hundreds	were	refused	admittance	to	the	army	because	of	weak	bodies	,
数百	是	拒绝	准入	到	这	军队	因为	的	虚弱的	身体	,

数百人因体弱多病而被拒绝入伍。

[ænd; ənd] ['meni] [ʌv; əv][ðem; ðəm][wɜːr; wər] [rɪ'pɔːrtɪd] [baɪ][ðə; ði] [fɪ'zɪʃnz] [æz; əz] ['hævɪŋ] ['hɑːrts]

and	many	of	them	were	reported	by	the	physicians	as	having	hearts
和	许多	的	他们	是	据报道	经过	这	医生	作为	拥有	心

['wiːkənd] [baɪ][ðə; ði][juːz][ʌv; əv][tə'bækoʊ] .

weakened	by	the	use	of	tobacco	.
减弱	经过	这	使用	的	烟草	.

据医生报告，他们中的许多人因吸烟而导致心脏衰弱。

[ðə; ði] [bɔɪz] [prɪ'peərɪŋ] [fɔːr; fər][ðə; ði]['ɑːrmi][æt; ət][ðə; ði] ['mɪlətəri] [ə'kædəmi] [æt; ət] [west] [pɔɪnt] [ænd; ənd]

The	boys	preparing	for	the	army	at	the	Military	Academy	at	West	Point	and
这	男孩们	准备	为了	这	军队	在	这	军队	学院	在	西方	观点	和

[fɔːr; fər] [siː] ['faɪtɪŋ] [æt; ət][ðə; ði]['neɪv(ə)l] [ə'kædəmi] [æt; ət] [ə'næpəlɪs] [ɑːr; ər][nɑːt] [ə'laʊd] [tuː; tə]

for	sea	fighting	at	the	Naval	Academy	at	Annapolis	are	not	allowed	to
为了	海	斗争	在	这	海军	学院	在	安纳波利斯	是	不是	允许	到

[smoʊk] [sɪgə'rets] .

smoke	cigarettes	.
抽烟	香烟	.

在西点军校准备入伍的男孩和在安纳波利斯海军学院准备参加海战的男孩都不允许吸烟。

['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] [mʌst; məst][hæv; həv] [strɔːŋ] [men] [fɔːr; fər][hɑːrd] [wɜːrk] .

Our	country	must	have	strong	men	for	hard	work	.
我们的	国家	必须	有	强的	男人	为了	难的	工作	.

我们的国家需要强壮的男性来从事艰苦的工作。

[tə'bækoʊ] ['nevər] ['gɪvz] [streŋθ] , [bʌt; bət]['ɔːf(ə)n] ['kɔːzɪz] ['wiːknəs] .

Tobacco	never	gives	strength	,	but	often	causes	weakness	.
烟草	绝不	给予	力量	,	但	经常	原因	弱点	.

烟草不会增强体质，反而常常导致虚弱。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 127]
[页 -]

[第127页]

['tʃæptər] [ˌɛksˌviː'aɪ'aɪ]
CHAPTER XVII
章 十七

第十七章

['ɪnsekts] [ænd; ənd] [helθ]
INSECTS AND HEALTH
昆虫 和 健康

昆虫与健康

[mə'leriə] [ɔːr] [tʃɪlz] [ænd; ənd] ['fiːvər] . — [mə'leriə] [ɪz][ə; eɪ] [dɪ'ziːz] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt]
Malaria or Chills and Fever . — Malaria is a disease in which the patient
疟疾 或者 寒意 和 发烧 . — 疟疾 是 一个 疾病 在 哪个 这 病人
['juːʒuəli; 'juːʒəli][hæz; həz][ə; eɪ] [tʃɪl] ['fɑːloʊd] [baɪ][ə; eɪ]['fiːvər][æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [iːtʃ] [deɪ] [ɔːr] ['evri]
usually has a chill followed by a fever at the same time each day or every
通常 有 一个 寒意 随后 经过 一个 发烧 在 这 相同的 时间 每个 天 或者 每一个
['ʌðər] [deɪ] .
other day .
其他 天 .

疟疾或寒战和发烧。——疟疾是一种疾病，患者通常每天或隔天在同一时间出现寒战，随后出现发烧。

['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv] ['piːp(ə)l] ['sʌfər] [frʌm; frəm] [ðɪs] ['sɪknəs] [ɪn][ðə; ði][wɔːrm][pɑːrts][ʌv; əv]['aʊər; ɑːr]
Thousands of people suffer from this sickness in the warm parts of our
数千 的 人们 遭受 从 这 疾病 在 这 温暖的 部分 的 我们的
['kʌntri] [ænd; ənd] ['hʌndrədz] [ʌv; əv][ðem; ðəm][daɪ] ['evri] [jɪr] .
country and hundreds of them die every year .
国家 和 数百 的 他们 死 每一个 年 .

在我国气候温暖的地区，成千上万的人患有这种疾病，每年有数百人因此丧生。

[ɪn][sʌm; səm]['riːdʒənz] ['piːp(ə)l] ['kænɑːt] [lɪv; laɪv][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðɪs] ['sɪknəs] [ə'tæks] ['evri] [wʌn] [huː]
In some regions people cannot live because this sickness attacks every one who
在 一些 地区 人们 不能 居住 因为 这 疾病 攻击 每一个 一 WHO
[kʌmz] [ðer; ðər] .
comes there .
来 那里 .

在某些地区，人们无法生存，因为这种疾病会袭击每一个来到那里的人。

['meni] ['jɪrz] [ə'goʊ][ə; eɪ]['dɑːktər] [faʊnd] [ɪn][ðə; ði] [blʌd] [ʌv; əv] [mə'leriə] ['peɪʃnts] ['taɪni] ['ænɪmlz] .
Many years ago a doctor found in the blood of malaria patients tiny animals .
许多 年 前 一个 医生 成立 在 这 血 的 疟疾 患者 微小的 动物 .

多年前，一位医生在疟疾患者的血液中发现了微小的动物。

[hiː; hi] [θɔːt] [ðæt] [ðeɪ] [maɪt] [biː; bi][ðə; ði] [kɔːz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['ɪlnəs] ,
He thought that they might be the cause of the illness ,
他 想法 那 他们 可能 是 这 原因 的 这 疾病 ,

他认为它们可能是导致这种疾病的原因。

[bʌt; bət][hiː; hi][kʊd; kəd][nɑːt][faɪnd] [aʊt] [haʊ] [ðeɪ] [gɑːt]['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] .
but he could not find out how they got into the blood .
但 他 可以 不是 寻找 出去 如何 他们 得到 进入 这 血 .

但他始终无法查明他们是如何进入血液的。

['faɪndɪŋ] [aʊt] [haʊ] [mə'leriə] [dʒə:mz] [get] ['ɪntu:] [ðə; ði] [blʌd] . — [ˌaɪ 'ti:] [hæd; həd] [bɪn] ['noʊtɪst] [fɔ:r; fər]

Finding	**out**	**how**	**Malaria**	**Germs**	**get**	**into**	**the**	**Blood**	**.**	**—**	**It**	**had**	**been**	**noticed**	**for**
寻找	出去	如何	疟疾	细菌	得到	进入	这	血	.	—	它	有	到过	注意到	为了

['meni] ['jɪrz] [ðæt] [mə'ski:toʊz] [wɜ:r; wər] ['ɔ:lweɪz] [faʊnd] [wer'evər] [ðer; ðər] [wʌz; wəz] [mə'leriə] .

many	**years**	**that**	**mosquitoes**	**were**	**always**	**found**	**wherever**	**there**	**was**	**malaria**	**.**
许多	年	那	蚊子	是	总是	成立	无论	那里	曾是	疟疾	.

探究疟疾病菌如何进入血液——多年来人们注意到，凡是有疟疾的地方，总能发现蚊子。

[ɪn] [ðə; ði] [jɪr] - [tu:] [men] [dɪ'saɪdɪd] [tu:; tə] [faɪnd] [aʊt] [ɪf] [ðeɪ] [kʊd; kəd] [lɪv; laɪv] [ɪn] [ə; eɪ] [mə'leriə]

In	**the**	**year**	**1900**	**two**	**men**	**decided**	**to**	**find**	**out**	**if**	**they**	**could**	**live**	**in**	**a**	**malaria**
在	这	年	-	二	男人	决定	到	寻找	出去	如果	他们	可以	居住	在	一个	疟疾

['ri:dʒən] [ænd; ənd] [nɑ:t] [hæv; həv] [ðə; ði] [dɪ'zi:z] [wen] [ðə; ði] [mə'ski:toʊz] [wɜ:r; wər] [kept] [frʌm; frəm]

region	**and**	**not**	**have**	**the**	**disease**	**when**	**the**	**mosquitoes**	**were**	**kept**	**from**
地区	和	不是	有	这	疾病	什么时候	这	蚊子	是	保留	从

['baɪtɪŋ] [ðem; ðəm] .

biting	**them**	**.**
咬	他们	.

1900 年，两名男子决定探究，如果能阻止蚊子叮咬他们，他们是否可以在疟疾流行地区生活而不患上疟疾。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [pə'zɪʃ(ə)n] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['kɑ:mən] ['hʌmpbæk] [mə'ski:toʊ] [æt; ət] [rest] [wɪð; wɪθ] ['bɑ:di] [fʊl] [ʌv; əv] [blʌd]

73	**—**	**Position**	**of**	**the**	**common**	**humpback**	**mosquito**	**at**	**rest**	**with**	**body**	**full**	**of**	**blood**
-	—	位置	的	这	常见的	座头鲸	蚊子	在	休息	和	身体	满的	的	血

[sʌkt] [baɪ] ['θrʌstɪŋ] [ðə; ði] [bɪl] ['ɪntu:] [ðə; ði] [fleʃ] .

sucked	**by**	**thrusting**	**the**	**bill**	**into**	**the**	**flesh**	**.**
真烂	经过	推进	这	账单	进入	这	肉	.

73 —普通驼背蚊静止时的姿势，身体充满血液，通过将喙插入肉中吸食。

[ðeɪ] [meɪd] [ðer; ðər] [hoʊm] [ə; eɪ] [hoʊl] ['si:z(ə)n] [ɪn] [ə; eɪ] ['kɑ:tɪdʒ] [ɪn] [ðə; ði] [mɪdst] [ʌv; əv] ['meni] ['pɝ:sənz]

They	**made**	**their**	**home**	**a**	**whole**	**season**	**in**	**a**	**cottage**	**in**	**the**	**midst**	**of**	**many**	**persons**
他们	制成	他们的	家	一个	所有的	季节	在	一个	小屋	在	这	中间	的	许多	人

[hu:] [wɜ:r; wər] [sɪk] [wɪð; wɪθ]

who	**were**	**sick**	**with**
WHO	是	生病的	和

他们在一间小屋里住了整整一个季节，小屋周围有很多病人。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	**Pg**	**128**	**]**
[	页	-	]

[第128页]

[mə'leriə] .

malaria	**.**
疟疾	.

疟疾。

[ðeɪ] [bri:ðd] [ðə; ði] [seɪm] [er] , [eɪt] [ðə; ði] [seɪm] [kaɪnd] [ʌv; əv] [fu:d] ,

They	**breathed**	**the**	**same**	**air**	**,**	**ate**	**the**	**same**	**kind**	**of**	**food**	**,**
他们	呼吸	这	相同的	空气	,	吃	这	相同的	种类	的	食物	,

他们呼吸着同样的空气，吃着同样的食物。

[ænd; ənd] [dræŋk] [ðə; ði] [seɪm] [kaɪnd] [ʌv; əv] ['wɔ:tər] [æz; əz] [ðoʊz] [hu:] ['sʌfərd] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [dɪ'zi:z] ,

and	**drank**	**the**	**same**	**kind**	**of**	**water**	**as**	**those**	**who**	**suffered**	**from**	**the**	**disease**	**,**
和	喝	这	相同的	种类	的	水	作为	那些	WHO	遭受	从	这	疾病	,

他们饮用了与患病者相同的水。

[bʌt; bət] [ðeɪ] [rɪ'meɪnd] [wel] .

but	they	remained	well	.
但	他们	剩余	出色地	.

但他们身体状况良好。

[ðə; ði]['oʊnli] [θɪŋ] [ðæt] [ðeɪ] [dɪd] ['dɪfrənt] [frʌm; frəm] [ðoʊz] [huː] [gɑːt] [sɪk] [wʌz; wəz][tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði]

The	only	thing	that	they	did	different	from	those	who	got	sick	was	to	keep	the
这	仅有的	事物	那	他们	做过	不同的	从	那些	WHO	得到	生病的	曾是	到	保持	这

[mə'skiːtoʊz] [aʊt] [ʌv; əv][ðer; ðər][ruːmz; rʊmz][æt; ət] [naɪt] [baɪ] [miːnz] [ʌv; əv] [skriːnz] .

mosquitoes	out	of	their	rooms	at	night	by	means	of	screens	.
蚊子	出去	的	他们的	房间	在	夜晚	经过	方法	的	屏幕	.

他们与那些生病的人唯一不同的做法是，晚上用纱窗将蚊子挡在房间外。

[ðɪs] [ɪk'sperɪmənt] [ænd; ənd] ['meni] ['ʌðər] ['stʌdiz] [hæv; həv] [ʃoʊn] [ðæt] [wiː; wi] [kætʃ] [mə'leriə] ['oʊnli]

This	experiment	and	many	other	studies	have	shown	that	we	catch	malaria	only
这	实验	和	许多	其他	研究	有	所示	那	我们	抓住	疟疾	仅有的

[baɪ][ðə; ði] [baɪts] [ʌv; əv] [mə'skiːtoʊz] .

by	the	bites	of	mosquitoes	.
经过	这	咬	的	蚊子	.

这项实验和许多其他研究表明，我们只能通过蚊子叮咬而感染疟疾。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [pə'zɪʃ(ə)n] [ʌv; əv][ðə; ði] [mə'leriə] [mə'skiːtoʊ] [æt; ət] [rest] .

74	—	Position	of	the	malaria	mosquito	at	rest	.
-	—	位置	的	这	疟疾	蚊子	在	休息	.

74 —疟蚊静止时的姿势。

['oʊnli][ə; eɪ] [fjuː] [mə'skiːtoʊz] ['kæri] [mə'leriə] . — [mə'leriə] [ɪz][nɑːt] ['kɑːmən] [ɪn][ɔːl]['riːdʒənz] [wer]

Only	a	Few	Mosquitoes	carry	Malaria	.	—	Malaria	is	not	common	in	all	regions	where
仅有的	一个	很少	蚊子	携带	疟疾	.	—	疟疾	是	不是	常见的	在	全部	地区	在哪里

[mə'skiːtoʊz] [lɪv; laɪv] ,

mosquitoes	live	,
蚊子	居住	,

只有少数蚊子携带疟疾。——疟疾并非在蚊子栖息的所有地区都很常见。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [bɪn] [faʊnd] [ðæt] ['oʊnli][wʌn] [gruːp] [ʌv; əv] [mə'skiːtoʊz] ['kæriz] [ðə; ði][dʒəːmz] .

and	it	has	been	found	that	only	one	group	of	mosquitoes	carries	the	germs	.
和	它	有	到过	成立	那	仅有的	一	团体	的	蚊子	携带	这	细菌	.

研究发现，只有一类蚊子携带这些病菌。

[ðə; ði] [tuː] ['kɑːmən] [gruːps] [ɑːr; ər][ðə; ði] [streɪt] - [bækt] [ænd; ənd][ðə; ði] [hʌmpt] .

The	two	common	groups	are	the	straight	-	backed	and	the	humped	.
这	二	常见的	团体	是	这	直的	-	支持的	和	这	驼背	.

常见的两大类是直背猪和驼背猪。

[tuː; tə] [pruːv] [ðæt] [ðə; ði] [streɪt] - [bækt] [wʌnz] [dɪd][ðə; ði][hɑːrm] ['sevrəl] [ʌv; əv][ðem; ðəm][wɜːr; wər]

To	prove	that	the	straight	-	backed	ones	did	the	harm	several	of	them	were
到	证明	那	这	直的	-	支持的	一个	做过	这	伤害	一些	的	他们	是

[ə'laʊd] [tuː; tə] [sʌk] [blʌd] [frʌm; frəm][ə; eɪ][mæn] [sɪk] [wɪð; wɪθ] [mə'leriə] [ɪn] ['ɪtəli] .

allowed	to	suck	blood	from	a	man	sick	with	malaria	in	Italy	.
允许	到	吸	血	从	一个	男人	生病的	和	疟疾	在	意大利	.

为了证明直背鼠会造成伤害，研究人员让其中几只在意大利吸食一名患有疟疾的男子的血液。

[ðeɪ] [wɜːr; wər] [ðen] [sent] [tuː; tə] ['lʌndən] [ænd; ənd] [let] [baɪt]

They	were	then	sent	to	London	and	let	bite
他们	是	然后	发送	到	伦敦	和	让	咬

然后它们被送往伦敦，并被放生去咬人。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 129]
[页 -]

[第129页]

[ə; eɪ] ['helθi] [mæn] .
a healthy man .
一个 健康 男人 .

一个健康的男人。

[ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] [hiː; hi] [bɪ'keɪm] [sɪk] [wɪð; wɪθ] [mə'leriə] .
In a few days he became sick with malaria .
在 一个 很少 天 他 成为 生病的 和 疟疾 .

几天后，他患上了疟疾。

['meni] [ɪk'sperɪmənts; ɪk'sperɪments; ɪk'sperəmənts; ɪk'sperəments][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [hʌmpt] - [bæk] [mə'skiːtoʊz]
Many experiments with the humped - back mosquitoes
许多 实验 和 这 驼背 - 后退 蚊子
, [faʊnd] ['nɪrli] ['evriwer] [ɪn]['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] ,
, found nearly everywhere in our country ,
, 成立 几乎 到处 在 我们的 国家 ,

我们国家几乎到处都能找到驼背蚊，并对其进行了许多实验。

[ʃoʊ] [ðæt] [ðeɪ] [duː][nɑːt] ['kæri] [mə'leriə] [dʒəːmz] .
show that they do not carry malaria germs .
展示 那 他们 做 不是 携带 疟疾 细菌 .

结果表明它们不携带疟疾病菌。

['jeloʊ] ['fiːvər] . — [ʌn'tɪl] - ['jeloʊ] ['fiːvər] [wʌz; wəz][ðə; ði] [skɜːrdʒ] [ʌv; əv] ['meni] ['sɪtiz] [ɪn][ðə; ði]
Yellow Fever . — Until 1901 yellow fever was the scourge of many cities in the
黄色的 发烧 . — 直到 - 黄色的 发烧 曾是 这 祸害 的 许多 城市 在 这
[saʊθ] .
South .
南 .

黄热病——直到 1901 年，黄热病一直是南方许多城市的祸害。

['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv] ['pɝːsənz] [lɔːst] [ðer; ðər][laɪvz; lɪvz][frʌm; frəm][ˌaɪ 'tiː] .
Thousands of persons lost their lives from it .
数千 的 人 丢失的 他们的 生活 从 它 .

数千人因此丧生。

[wer'evər] [ðə; ði] [dred] [dɪ'ziːz] [broʊk] [aʊt] [ɪn][ə; eɪ] ['sɪti] ['meni] ['pɝːsənz] [wʊd] [fliː] [tuː; tə][ðə; ði]
Wherever the dread disease broke out in a city many persons would flee to the
无论 这 恐惧 疾病 打破 出去 在 一个 城市 许多 人 会 逃跑 到 这
['kʌntri] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ] [θɔːt] [ðæt] [ðeɪ] [kʊd; kəd][nɑːt] [briːð] [ðə; ði] [er] [wɪ'ðaʊt] ['getɪŋ] [ðə; ði]
country because they thought that they could not breathe the air without getting the
国家 因为 他们 想法 那 他们 可以 不是 呼吸 这 空气 没有 获得 这
[dʒəːmz] .
germs .
细菌 .

无论可怕的疾病在哪个城市爆发，许多人都会逃往乡村，因为他们认为如果不呼吸乡村的空气就会感染病菌。

[sʌm; səm] ['pɝːsənz] [θɔːt] [ðæt] [mə'skiːtoʊz] [maɪt] [kɔːz] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] ,
Some persons thought that mosquitoes might cause the disease ,
一些 人 想法 那 蚊子 可能 原因 这 疾病 ,

有些人认为蚊子可能是这种疾病的传播媒介。

[ænd; ənd][ɪn] - [ɪk'sperɪmənts; ɪk'sperɪments; ɪk'sperəmənts; ɪk'sperəments][wɜːr; wər] ['kærid] [aʊt][ɪn]['kjuːbə]

and	in	1900	experiments	were	carried	out	in	Cuba
和	在	-	实验	是	携带	出去	在	古巴

[tuː; tə] [lɜːrn] ['weðər] [mə'skiːtoʊz] ['riːəli] [dɪd] ['kæri] ['jeloʊ] ['fiːvər] [dʒəːmz] .

to	learn	whether	mosquitoes	really	did	carry	yellow	fever	germs	.
到	学习	无论	蚊子	真的	做过	携带	黄色的	发烧	细菌	.

1900 年，古巴进行了实验，以了解蚊子是否真的携带黄热病病菌。

['sev(ə)n] [men] [meɪd] [ðer; ðər] [hoʊm] [ɪn][ə; eɪ] [ruːm] [wel] [skriːnd] [tuː; tə] [kiːp] [aʊt] [ðə; ði] [mə'skiːtoʊz] .

Seven	men	made	their	home	in	a	room	well	screened	to	keep	out	the	mosquitoes	.
七	男人	制成	他们的	家	在	一个	房间	出色地	筛选	到	保持	出去	这	蚊子	.

七个男人住在一间装有纱窗的房间里，以防蚊虫进入。

[ðeɪ] [juːst] ['kloʊðɪŋ] [wɪtʃ] [hæd; həd] [bɪn] [wɔːrn] [baɪ] ['ʌðər] [sɪk] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['fiːvər] [ænd; ənd]

They	used	clothing	which	had	been	worn	by	others	sick	with	the	fever	and
他们	用过的	衣服	哪个	有	到过	磨损	经过	其他的	生病的	和	这	发烧	和

['iːv(ə)n] [slept] [ɑːn] ['piləuz] [ænd; ənd] ['blæŋkits] [ɑːn] [wɪtʃ] ['jeloʊ] ['fiːvər] ['vɪktəms] [hæd; həd] [daɪd] .

even	slept	on	pillows	and	blankets	on	which	yellow	fever	victims	had	died	.
甚至	睡着了	在	枕头	和	毯子	在	哪个	黄色的	发烧	受害者	有	死亡	.

他们使用其他患黄热病的人穿过的衣服，甚至睡在黄热病死者死后用过的枕头和毯子上。

['meni] ['pɜ:sənz] [θɔːt] [ðæt] [ðiːz] ['bedkloʊðz] [wɜːr; wər] [fʊl] [ʌv; əv] ['fiːvər] [dʒəːmz] [ænd; ənd] [ðæt] [ɔːl]

Many	persons	thought	that	these	bedclothes	were	full	of	fever	germs	and	that	all
许多	人	想法	那	这些	床上用品	是	满的	的	发烧	细菌	和	那	全部

[ðə; ði] [men] [wʊd] ['ʃʊrli] [get] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] .

the	men	would	surely	get	the	disease	.
这	男人	会	一定	得到	这	疾病	.

许多人认为这些床单上沾满了发烧的细菌，所有男人肯定都会染上这种疾病。

[nɑːt] [wʌn] [ʌv; əv] [ðem; ðəm] , [haʊ'evər] ,

Not	one	of	them	,	however	,
不是	一	的	他们	,	然而	,

然而，他们之中没有一个人是这样的。

[gɑːt] [sɪk] [ɔːl'ðoʊ] [ðeɪ] [lɪvd] [ɪn] [ðə; ði] [mɪdst] [ʌv; əv] [ðiːz] [sɔɪld] [mə'tɪriəlz] [fɔːr; fər] [θriː] [wiːks] .

got	sick	although	they	lived	in	the	midst	of	these	soiled	materials	for	three	weeks	.
得到	生病的	虽然	他们	居住地	在	这	中间	的	这些	脏的	材料	为了	三	周	.

尽管他们在这些肮脏的物品中生活了三个星期，还是生病了。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] ['jeloʊ] ['fiːvər] [mə'skiːtoʊ] ['baɪtɪŋ] [ðə; ði] ['fɪŋgər] .

75	—	The	yellow	fever	mosquito	biting	the	finger	.
-	—	这	黄色的	发烧	蚊子	咬	这	手指	.

75 —黄热病蚊子叮咬手指。

[noʊt] [haʊ] [ðə; ði] ['loʊər] [lɪp] [ɪz] [bent] .

Note	how	the	lower	lip	is	bent	.
笔记	如何	这	降低	唇	是	弯曲	.

注意下唇的弯曲角度。

['sev(ə)n] ['ʌðər] [men] [wɜːr; wər] ['tʃoʊzn] [fɔːr; fər] [ə'nʌðər] [ɪk'sperɪmənt] .

Seven	other	men	were	chosen	for	another	experiment	.
七	其他	男人	是	选定	为了	其他	实验	.

另外七名男子被选中进行另一项实验。

[ə; eɪ] [lɑːrdʒ] [ruːm] [wʌz; wəz] [prɪ'perd] [ænd; ənd] [meɪd] ['θɜːrəli] [kliːn] .

A	large	room	was	prepared	and	made	thoroughly	clean	.
一个	大的	房间	曾是	准备	和	制成	彻底	干净的	.

一间大房间被准备好并彻底打扫干净。

['oʊnli] [kliːn] ['bedɪŋ] [ænd; ənd] [kliːn] [kloʊðz] [wɜːr; wər] [juːst] .

Only	**clean**	**bedding**	**and**	**clean**	**clothes**	**were**	**used**	**.**
仅有的	干净的	寝具	和	干净的	衣服	是	用过的	.

只使用干净的床单和衣服。

[ðə; ði] [men] [wɜːr; wər] ['gɪv(ə)n] [pjʊr] [fuːd] [ænd; ənd] [pjʊr]

The	**men**	**were**	**given**	**pure**	**food**	**and**	**pure**
这	男人	是	给定	纯的	食物	和	纯的

这些人被给予了纯净的食物和纯净的

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**130**	**]**
[	页	-	]

[第130页]

['wɔːtər] ,

water	**,**
水	,

水，

[bʌt; bət] ['ɪntuː] [ðə; ði] [ruːm] [wɜːr; wər] [let] [luːs] [mə'skiːtoʊz] [wɪtʃ] [hæd; həd] [bɪn] ['sʌkɪŋ] [blʌd]

but	**into**	**the**	**room**	**were**	**let**	**loose**	**mosquitoes**	**which**	**had**	**been**	**sucking**	**blood**
但	进入	这	房间	是	让	松动的	蚊子	哪个	有	到过	吸吮	血

[frʌm; frəm] [ə; eɪ] ['pɜːrs(ə)n] [sɪk] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['fiːvər] .

from	**a**	**person**	**sick**	**with**	**the**	**fever**	**.**
从	一个	人	生病的	和	这	发烧	.

但是，房间里却放出了吸食发烧病人血液的蚊子。

[ɪn] [ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] [sɪks] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['sev(ə)n] [men] [bɪ'keɪm] [sɪk] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['fiːvər] [ænd; ənd] [wʌn] [ʌv; əv]

In	**a**	**few**	**days**	**six**	**of**	**the**	**seven**	**men**	**became**	**sick**	**with**	**the**	**fever**	**and**	**one**	**of**
在	一个	很少	天	六	的	这	七	男人	成为	生病的	和	这	发烧	和	一	的

[ðem; ðəm] [daɪd] .

them	**died**	**.**
他们	死亡	.

几天之内，七个人中有六个人发烧生病，其中一人死亡。

[frʌm; frəm] [ðiːz] [ɪk'sperɪmənts; ɪk'sperɪments; ɪk'sperəmənts; ɪk'sperəments] [ænd; ənd] ['ʌðər] ['stʌdiz] [wiː; wi]

From	**these**	**experiments**	**and**	**other**	**studies**	**we**
从	这些	实验	和	其他	研究	我们

[naʊ] [noʊ] [ðæt] [ðɪs] ['dredf(ə)l] ['fiːvər] [ɪz] ['kærid] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [sɪk] [tuː; tə] [ðə; ði] [wel] ['oʊnli] [baɪ]

now	**know**	**that**	**this**	**dreadful**	**fever**	**is**	**carried**	**from**	**the**	**sick**	**to**	**the**	**well**	**only**	**by**
现在	知道	那	这	可怕	发烧	是	携带	从	这	生病的	到	这	出色地	仅有的	经过

[ðə; ði] [baɪts] [ʌv; əv] [mə'skiːtoʊz] .

the	**bites**	**of**	**mosquitoes**	**.**
这	咬	的	蚊子	.

通过这些实验和其他研究，我们现在知道，这种可怕的发烧只能通过蚊子的叮咬从病人传播到健康人。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [bʌntʃ] [ʌv; əv] [mə'skiːtoʊ] [egz] ['floʊtɪŋ] [ɑːn] [ðə; ði] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['wɔːtər] .

76	**—**	**A**	**bunch**	**of**	**mosquito**	**eggs**	**floating**	**on**	**the**	**surface**	**of**	**the**	**water**	**.**
-	—	一个	束	的	蚊子	鸡蛋	漂浮的	在	这	表面	的	这	水	.

76 —一堆蚊卵漂浮在水面上。

[ɪn'lɑːrdʒd] [ə'baʊt] [ˌfɪf'tiːn] [taɪmz] .

Enlarged	**about**	**fifteen**	**times**	**.**
放大	关于	十五	时代	.

放大约十五倍。

[haʊ] [mə'skiːtoʊz] [lɪv; laɪv] . — [bɪ'fɔːr] [wiː; wi][kæn; kən][get][rɪd][ʌv; əv]['eni]['pests][wiː; wi][mʌst; məst] [noʊ]

How	Mosquitoes	Live	.	—	Before	we	can	get	rid	of	any	pests	we	must	know
如何	蚊子	居住	.	—	前	我们	能	得到	摆脱	的	任何	害虫	我们	必须	知道

[wer] [ðə; ði] [egz] [ɑːr; ər] [hætʃt] [ænd; ənd][ðə; ði] [jʌŋ] [pæs] [ðer; ðər] ['ɜːrli] [laɪf] .

where	the	eggs	are	hatched	and	the	young	pass	their	early	life	.
在哪里	这	鸡蛋	是	孵化	和	这	年轻的	经过	他们的	早期的	生活	.

蚊子的生活习性——在消灭任何害虫之前，我们必须知道蚊卵在哪里孵化，幼蚊在哪里度过早期生活。

[ðə; ði] [egz] [ʌv; əv] [mə'skiːtoʊz] [ɑːr; ər][leɪd][ɑːn] ['stændɪŋ] ['wɔːtər] .

The	eggs	of	mosquitoes	are	laid	on	standing	water	.
这	鸡蛋	的	蚊子	是	铺设	在	常设	水	.

蚊子的卵产在静水中。

[ðə; ði]['wɔːtər] [meɪ] [biː; bi][ɪn][æn; ən][oʊld][tə'meɪtoʊ][kæn; kən] , [ə; eɪ][reɪn] ['bærəl] , [ə; eɪ] ['sɪstərn] ,

The	water	may	be	in	an	old	tomato	can	,	a	rain	barrel	,	a	cistern	,
这	水	可能	是	在	一个	老的	番茄	能	,	一个	雨	桶	,	一个	水箱	,

水可能装在旧番茄罐、雨水桶或蓄水池里。

[ɔːr][ə; eɪ][lɑːrdʒ][pɑːnd] .

or	a	large	pond	.
或者	一个	大的	池塘	.

或者一个大池塘。

[ə; eɪ] [deɪ] [ɔːr] [tuː] ['æftər][ðə; ði] ['mʌðər] [leiz] [wʌn][ɔːr] [tuː] ['hʌndrəd] [egz] , [ðeɪ] [hætʃ] ['ɪntuː][dɑːrk] ,

A	day	or	two	after	the	mother	lays	one	or	two	hundred	eggs	,	they	hatch	into	dark	,
一个	天	或者	二	后	这	母亲	躺下	一	或者	二	百	鸡蛋	,	他们	孵化	进入	黑暗的	,

雌性产下一两百枚卵后一两天，卵就会孵化成黑色的小虫。

['rɪgəlɪŋ] ['ɑːbdʒekts] [kɔːld] ['wɪglər] .

wriggling	objects	called	wigglers	.
扭动	对象	称为	蠕虫	.

蠕动的物体，称为蠕虫。

[ɪn][frʌm; frəm][ten][tuː; tə] ['twenti] [deɪz] ['leɪtər]

In	from	ten	to	twenty	days	later
在	从	十	到	二十	天	之后

十到二十天后

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	131	]
[	页	-	]

[第131页]

[ðeɪ] [tʃeɪndʒ] ['ɪntuː] ['flaɪɪŋ] [mə'skiːtoʊz] .

they	change	into	flying	mosquitoes	.
他们	改变	进入	飞行	蚊子	.

它们会变成会飞的蚊子。

[ðiːz] ['hæbɪts][ʌv; əv][laɪf] [ʃoʊ] [ðæt] [ðə; ði] ['iːzɪɪst] [taɪm] [tuː; tə] [kɪl] [ðem; ðəm][ɪz] [wen] [ðeɪ] [ɑːr; ər]

These	habits	of	life	show	that	the	easiest	time	to	kill	them	is	when	they	are
这些	习惯	的	生活	展示	那	这	最容易	时间	到	杀	他们	是	什么时候	他们	是

[jʌŋ] .

young	.
年轻的	.

这些生活习性表明，杀死它们的最佳时机是在它们年幼的时候。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv] ['wɪglər] , [ðə; ði][steɪdʒ][ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði][mə'skiːtoʊ][laɪvz; lɪvz][ə; eɪ] [wiːk] [ɔːr]

77	—	Photograph	of	wigglers	,	the	stage	in	which	the	mosquito	lives	a	week	or
-	—	照片	的	蠕虫	,	这	阶段	在	哪个	这	蚊子	生活	一个	星期	或者

[tuː] [ɪn]['wɔːtər] .

two	in	water	.
二	在	水	.

77 —蚊子幼虫的照片，这是蚊子在水中生活一到两周的阶段。

['getɪŋ] [rɪd][ʌv; əv] [mə'skiːtoʊz] . — ['dʊrɪŋ] [wɔːrm] ['weðər] [mə'skiːtoʊz] [kɔːz] [ðə; ði] [deθ] [ʌv; əv]

Getting	rid	of	Mosquitoes	.	—	During	warm	weather	mosquitoes	cause	the	death	of
获得	摆脱	的	蚊子	.	—	期间	温暖的	天气	蚊子	原因	这	死亡	的

[mɔːr] [ðæn; ðən][ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] ['pɝːsənz] [ɪn][ðə; ði][wɜːrld] ['evri] [deɪ] [bɪ'saɪdz] ['meɪkɪŋ] ['meni] ['ʌðər]

more	than	a	thousand	persons	in	the	world	every	day	besides	making	many	others
更多的	比	一个	千	人	在	这	世界	每一个	天	除了	制作	许多	其他的

['veri] [sɪk] .

very	sick	.
非常	生病的	.

如何消灭蚊子？——在温暖的天气里，蚊子每天导致全世界超过一千人死亡，此外还使许多其他人患病。

[tuː; tə][get][rɪd][ʌv; əv] [mə'skiːtoʊz] [ɪz][tuː; tə] [prɪ'vent] ['sɪknəs] [ænd; ənd] [deθ] .

To	get	rid	of	mosquitoes	is	to	prevent	sickness	and	death	.
到	得到	摆脱	的	蚊子	是	到	防止	疾病	和	死亡	.

消灭蚊子就是预防疾病和死亡。

[ɪn][wʌn] [jɪr] ['jeloʊ] ['fiːvər] [kɪld] ['oʊvər][faɪv] ['θaʊz(ə)nd] ['piːp(ə)l][ɪn] [nuː] [jɔːk] [ænd; ənd] [ˌfɪlə'delfɪr]

In	one	year	yellow	fever	killed	over	five	thousand	people	in	New	York	and	Philadelphia
在	一	年	黄色的	发烧	被杀	超过	五	千	人们	在	新的	约克	和	费城

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðə; ði] ['dɑːktɝz] [dɪd][nɑːt] [noʊ] [haʊ] [tuː; tə][stɑːp][ðə; ði] [dɪ'ziːz] [frʌm; frəm] ['spredɪŋ] .

because	the	doctors	did	not	know	how	to	stop	the	disease	from	spreading	.
因为	这	医生	做过	不是	知道	如何	到	停止	这	疾病	从	传播	.

一年内，黄热病在纽约和费城造成五千多人死亡，因为医生们不知道如何阻止这种疾病的传播。

[wen] [ðɪs] ['fiːvər] [broʊk] [aʊt][ɪn] [nuː] [ɔː'liənz] [ɪn] - ,

When	this	fever	broke	out	in	New	Orleans	in	1905	,
什么时候	这	发烧	打破	出去	在	新的	奥尔良	在	-	,

1905年，当这种热病在新奥尔良爆发时，

[les] [ðæn; ðən][faɪv] ['hʌndrəd] ['pɝːsənz] [daɪd][ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðə; ði] ['dɑːktɝz] [hæd; həd] [ðen]

less	than	five	hundred	persons	died	of	it	because	the	doctors	had	then
较少的	比	五	百	人	死亡	的	它	因为	这	医生	有	然后

['lɜːrnɪd] [ðæt] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] [ɪz] [spred] ['oʊnli][baɪ][ðə; ði] ['jeloʊ] ['fiːvər] [mə'skiːtoʊ] .

learned	that	the	disease	is	spread	only	by	the	yellow	fever	mosquito	.
学习	那	这	疾病	是	传播	仅有的	经过	这	黄色的	发烧	蚊子	.

由于医生们当时了解到这种疾病只能通过黄热病蚊子传播，因此死于这种疾病的人数不到五百人。

[ðeɪ] ['ðerfɔːr] [bɪ'gæn] ['kɪlɪŋ] [ðə; ði] [mə'skiːtoʊz] .

They	therefore	began	killing	the	mosquitoes	.
他们	所以	开始	杀	这	蚊子	.

因此，他们开始捕杀蚊子。

['kerəsiːn] [wʌz; wəz] [pɔːd] ['oʊvər][ɔːl][ðə; ði][pɑːndz][ænd; ənd]['stægnənt] [puːlz] [ʌv; əv]['wɔːtər] [wɪtʃ]

Kerosene	was	poured	over	all	the	ponds	and	stagnant	pools	of	water	which
煤油	曾是	倾倒	超过	全部	这	池塘	和	停滞不前	游泳池	的	水	哪个

[kʊd; kəd][nɑːt][biː; bi] [dreɪnd] .

could	not	be	drained	.
可以	不是	是	排水	.

所有无法排干的池塘和死水潭都浇满了煤油。

[ðɪs] [kɪlz] [ðə; ði] [jʌŋ] [mə'skiːtoʊz] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðə; ði][ɔɪl] [gets] ['ɪntuː][ðer; ðər] ['briːðɪŋ] [tuːb] [wɪtʃ]
This kills the young mosquitoes because the oil gets into their breathing tube which
这 杀戮 这 年轻的 蚊子 因为 这 油 获得 进入 他们的 呼吸 管子 哪个
[ðeɪ] [stɪk] [ʌp][tuː; tə][ðə; ði] ['sɜːrfɪs]
they stick up to the surface
他们 戳 向上 到 这 表面

这会杀死幼蚊，因为油会进入它们附着在表面上的呼吸管。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 132]
[页 -]

[第132页]

[ʌv; əv][ðə; ði]['wɔːtər]
of the water
的 这 水

水

[tuː; tə][get] [er] .
to get air .
到 得到 空气 .

呼吸空气。

[ɔːl] [reɪn] ['bærəlz] [ænd; ənd][tɪn][kænz][wɜːr; wər] ['emptid] [ænd; ənd] ['sɪstənz] [wɜːr; wər] ['taɪtli] ['kʌvərd] .
All rain barrels and tin cans were emptied and cisterns were tightly covered .
全部 雨 桶 和 锡 罐头 是 清空 和 水箱 是 紧紧 涵盖 .

所有雨水桶和铁罐都被清空，蓄水池也被严严实实地盖好。

[men] , ['wɪmɪn] ,
Men , women ,
男人 , 女性 ,

男人，女人，

[ænd; ənd] ['tʃɪldrən] [wɜːrkt] [wiːk] [deɪz] [ænd; ənd]['sʌndiz; -deiz] ['kɪlɪŋ] [mə'skiːtoʊz] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ]
and children worked week days and Sundays killing mosquitoes because they
和 孩子们 工作 星期 天 和 星期日 杀 蚊子 因为 他们
[nuː] [ðæt] [ðeɪ] [wɜːr; wər] ['seɪvɪŋ] ['hjuːmən][laɪf] .
knew that they were saving human life .
知道 那 他们 是 保存 人类 生活 .

孩子们平日和周日都在工作，消灭蚊子，因为他们知道自己是在拯救生命。

[ðə; ði] [dɪs'trɔɪŋ] ['fiːvər][wʌz; wəz] [stɑːpt] .
The destroying fever was stopped .
这 摧毁 发烧 曾是 停止 .

这场毁灭性的高烧被遏制住了。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv] [egz] [leɪd][ɑːn] [weɪst] ['mætər] [baɪ] [tuː] [flaɪz][ɪn][wʌn]['aʊər] .
78 — Photograph of eggs laid on waste matter by two flies in one hour .
- — 照片 的 鸡蛋 铺设 在 浪费 事情 经过 二 苍蝇 在 一 小时 .

78 —两只苍蝇在一小时内产在垃圾上的卵的照片。

[flaɪz] [kɔːz] [mʌtʃ] ['sɪknəs] . — ['veri] [fjuː] ['piːp(ə)l] [ɑːr; ər][ə'freɪd][ʌv; əv] [haʊs] [flaɪz][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ]
Flies cause much Sickness . — Very few people are afraid of house flies because they
苍蝇 原因 很多 疾病 . — 非常 很少 人们 是 害怕的 的 房子 苍蝇 因为 他们
[duː][nɑːt][baɪt] .
do not bite .
做 不是 咬 .

苍蝇会传播很多疾病。——很少有人害怕家蝇，因为它们不咬人。

[ɔːlˈðoʊ] [ðeɪ] [ɑːr; ər][soʊ] [smɔːl] [ænd; ənd] [ˈsiːmɪŋli] [ˈhɑːrmləs] [jet] [wiː; wi] [noʊ] [ðæt] [ðeɪ] [kɔːz]

Although	**they**	**are**	**so**	**small**	**and**	**seemingly**	**harmless**	**yet**	**we**	**know**	**that**	**they**	**cause**
虽然	他们	是	所以	小的	和	似乎	无害	然而	我们	知道	那	他们	原因

['meni] [mɔːr] ['dɛθs] ['evri] [jɪr] [ðæn; ðən][mæd][dɔːgz] ,

many	**more**	**deaths**	**every**	**year**	**than**	**mad**	**dogs**	**,**
许多	更多的	死亡人数	每一个	年	比	疯狂的	狗	,

虽然它们体型很小，看起来也无害，但我们知道它们每年造成的死亡人数比疯狗多得多。

['pɔɪzənəs] [sneɪks] , [ænd; ənd][ɔːl][waɪld] [biːsts] .

poisonous	**snakes**	**,**	**and**	**all**	**wild**	**beasts**	**.**
有毒	蛇	,	和	全部	荒野	野兽	.

毒蛇和所有野生动物。

[flaɪz] [krɔːl] [əˈraʊnd] [əˈmʌŋ] [slɑːps] , [ɪn] [spɪˈtuːn] , [ænd; ənd][ɪn] [ˈʌðər] [ˌʌnˈkliːn] [ˈpleɪsɪz] .

Flies	**crawl**	**around**	**among**	**slops**	**,**	**in**	**spittoons**	**,**	**and**	**in**	**other**	**unclean**	**places**	**.**
苍蝇	爬行	大约	之中	污水	,	在	痰盂	,	和	在	其他	不洁	地方	.

苍蝇在泔水里、痰盂里和其他不洁的地方爬来爬去。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [ðeɪ] [get] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv][dʒəːmz][ʌv; əv][tuːˌbɜːrkjəˈloʊsɪs] , ['taɪfɔɪd] ['fiːvər] ,

In	**this**	**way**	**they**	**get**	**thousands**	**of**	**germs**	**of**	**tuberculosis**	**,**	**typhoid**	**fever**	**,**
在	这	方式	他们	得到	数千	的	细菌	的	结核	,	伤寒	发烧	,

这样一来，他们就会感染数千种结核病菌、伤寒菌。

[ænd; ənd] ['kɑːlərə] [ɑːn][ðer; ðər] [fiːt] [ænd; ənd] [ðen] ['skætər] [ðem; ðəm]['oʊvər]['aʊər; ɑːr] [fuːd] [æz; əz] [ðeɪ]

and	**cholera**	**on**	**their**	**feet**	**and**	**then**	**scatter**	**them**	**over**	**our**	**food**	**as**	**they**
和	霍乱	在	他们的	脚	和	然后	分散	他们	超过	我们的	食物	作为	他们

[krɔːl] [əˈbaʊt] [ɑːn][ðə; ði] ['teɪbl] ,

crawl	**about**	**on**	**the**	**table**	**,**
爬行	关于	在	这	桌子	,

它们脚上沾满了霍乱弧菌，然后爬到桌子上，把病毒散播到我们的食物上。

[ɪn][ðə; ði]['groʊsəri] [stɔːr] , [ɔːr] [əˈmʌŋ] [ðə; ði] [mɪlk] [kænz] .

in	**the**	**grocery**	**store**	**,**	**or**	**among**	**the**	**milk**	**cans**	**.**
在	这	杂货店	店铺	,	或者	之中	这	牛奶	罐头	.

在杂货店里，或者在牛奶罐之间。

[ɪn]['aʊər; ɑːr][læst][wɔːr][wɪð; wɪθ][speɪn] [mɔːr] [ðæn; ðən][ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr]['soʊldʒərz][wɜːr; wər]

In	**our**	**last**	**war**	**with**	**Spain**	**more**	**than**	**a**	**thousand**	**of**	**our**	**soldiers**	**were**
在	我们的	最后的	战争	和	西班牙	更多的	比	一个	千	的	我们的	士兵	是

[meɪd] [sɪk] [wɪð; wɪθ]['fiːvər] ['kærid] [tuː; tə][ðem; ðəm][baɪ][flaɪz] .

made	**sick**	**with**	**fever**	**carried**	**to**	**them**	**by**	**flies**	**.**
制成	生病的	和	发烧	携带	到	他们	经过	苍蝇	.

在我们上次与西班牙的战争中，超过一千名士兵因苍蝇传播的疾病而生病。

[ɪn] ['denvər] , [ˌkɑːləˈrædoʊ; ˌkɑːləˈrɑːdoʊ] ,

In	**Denver**	**,**	**Colorado**	**,**
在	丹佛	,	科罗拉多州	,

在科罗拉多州丹佛市，

[ɪn] - ['fɪfti] ['pɝːsənz] [wɜːr; wər] [meɪd] [sɪk] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['fiːvər][baɪ][flaɪz] [wɪtʃ] [fed] [ɑːn][ðə; ði]

in	**1908**	**fifty**	**persons**	**were**	**made**	**sick**	**with**	**the**	**fever**	**by**	**flies**	**which**	**fed**	**on**	**the**
在	-	五十	人	是	制成	生病的	和	这	发烧	经过	苍蝇	哪个	美联储	在	这

1908年，有50人因苍蝇叮咬而感染了这种热病，这些苍蝇以……为食。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	**Pg**	**133**	**]**
[	页	-	]

[slɑːps][frʌm; frəm][ə; eɪ] [sɪk] [ruːm] [ænd; ənd] [ðen] [krɔːld] [ə'raʊnd] [ɪn][ðə; ði] [mɪlk] [kænz][frʌm; frəm]

slops	from	a	sick	room	and	then	crawled	around	in	the	milk	cans	from
污水	从	一个	生病的	房间	和	然后	爬行	大约	在	这	牛奶	罐头	从

[wɪtʃ] [ðoʊz] [huː] [bɪ'keɪm] [sɪk] [juːst] [mɪlk] .

which	those	who	became	sick	used	milk	.
哪个	那些	WHO	成为	生病的	用过的	牛奶	.

它们从病房里捞出泔水，然后在生病的人喝过的牛奶罐里爬来爬去。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv][ðə; ði][wɜːrm] [steɪdʒ][ɔːr]['lɑːrvə][ʌv; əv][ðə; ði][flai][æt; ət][ðə; ði] [left] [ænd; ənd] [θriː]

79	—	Photograph	of	the	worm	stage	or	larva	of	the	fly	at	the	left	and	three
-	—	照片	的	这	蠕虫	阶段	或者	幼虫	的	这	飞	在	这	左边	和	三

[ʌv; əv][ðə; ði] ['sliːpɪŋ] [steɪdʒ][ɔːr] [æt; ət][ðə; ði] [raɪt] .

of	the	sleeping	stage	or	pupæ	at	the	right	.
的	这	睡眠	阶段	或者	蛹	在	这	正确的	.

79 —左边是苍蝇的蠕虫期或幼虫的照片，右边是三张睡眠期或蛹的照片。

[twaɪs] [ðə; ði]['nætʃ(ə)rəl][saɪz] .

Twice	the	natural	size	.
两次	这	自然的	尺寸	.

实际尺寸的两倍。

[haʊ] [tuː; tə] [faɪt] [ðə; ði] [flaɪz] . — [haʊs] [flaɪz] [leɪ] [æt; ət][wʌn] [taɪm] [ə'baʊt] [wʌn] ['hʌndrəd] [egz] [ɪn]

How	to	fight	the	Flies	.	—	House	flies	lay	at	one	time	about	one	hundred	eggs	in
如何	到	斗争	这	苍蝇	.	—	房子	苍蝇	躺	在	一	时间	关于	一	百	鸡蛋	在

[ðə; ði][dɜːrt] [θroʊn] [aʊt][ʌv; əv] [hɔːrs] ['steiblz] ,

the	dirt	thrown	out	of	horse	stables	,
这	污垢	抛掷	出去	的	马	马厩	,

如何防治苍蝇——家蝇一次会在马厩里翻出的泥土中产下大约一百枚卵。

[ɪn] ['gɑːrbɪdʒ] [kænz] , [ɔːr][ɪn] ['eni] ['ʌðər] [ˌʌn'kliːn] [pleɪs] .

in	garbage	cans	,	or	in	any	other	unclean	place	.
在	垃圾	罐头	,	或者	在	任何	其他	不洁	地方	.

扔进垃圾桶或其他任何不干净的地方。

[ɪn][ə; eɪ] [deɪ] [ɔːr] [tuː] [ðə; ði] [egz] [hætʃ] ['ɪntuː]['lɪt(ə)l] [waɪt] [wəːmz, vɔːrms] [wɪtʃ] [fiːd] [ɑːn][ðə; ði][dɜːrt] .

In	a	day	or	two	the	eggs	hatch	into	little	white	worms	which	feed	on	the	dirt	.
在	一个	天	或者	二	这	鸡蛋	孵化	进入	小的	白色的	蠕虫	哪个	喂养	在	这	污垢	.

一两天后，虫卵孵化成以泥土为食的小白虫。

[wʌn] [ɔːr] [tuː] [wiːks] ['leɪtər][ðə; ði][wəːmz, vɔːrms] [tʃeɪndʒ] [tuː; tə] [flaɪz] .

One	or	two	weeks	later	the	worms	change	to	flies	.
一	或者	二	周	之后	这	蠕虫	改变	到	苍蝇	.

一两周后，虫子变成了苍蝇。

[flaɪz] [meɪ] [biː; bi] [kept] [aʊt] [ʌv; əv] ['haʊzɪz] [baɪ] ['pʊtɪŋ] [skriːnz] [ɪn][ðə; ði] ['wɪndoʊz] [ænd; ənd] [dɔːz] [ɔːr]

Flies	may	be	kept	out	of	houses	by	putting	screens	in	the	windows	and	doors	or
苍蝇	可能	是	保留	出去	的	房屋	经过	推杆	屏幕	在	这	视窗	和	门	或者

[baɪ] ['dɑːrkənɪŋ] [ðə; ði][ruːmz; rʊmz] [wen] [ðeɪ] [ɑːr; ər][nɑːt][ɪn][juːz] .

by	darkening	the	rooms	when	they	are	not	in	use	.
经过	变暗	这	房间	什么时候	他们	是	不是	在	使用	.

可以通过在门窗上安装纱窗或在不使用房间时保持房间黑暗来防止苍蝇进入房屋。

[ðə; ði] [fjuː] [wɪtʃ] [geɪn] ['entrəns] [meɪ] [biː; bi] [kɔːt] [ɪn][flai][træps] .

The	few	which	gain	entrance	may	be	caught	in	fly	traps	.
这	很少	哪个	获得	入口	可能	是	捕捉	在	飞	陷阱	.

少数侥幸进入的昆虫可能会被困在捕蝇器里。

[ɔːl] [fuːd] [ɪn][ðə; ði] [stɔːr] [ɔːr][ðə; ði] [hoʊm] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] ['kʌvərd] .

All	food	in	the	store	or	the	home	should	be	kept	covered	.
全部	食物	在	这	店铺	或者	这	家	应该	是	保留	涵盖	.

商店或家中所有食物都应加盖保存。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt] [seɪf] [tuː; tə] [iːt] ['kændi] [ɑːn] [wɪtʃ] [flaɪz] [hæv; həv] [waɪpt] [ðer; ðər] [fiːt] [ɔːr][tuː; tə] [drɪŋk]

It	is	not	safe	to	eat	candy	on	which	flies	have	wiped	their	feet	or	to	drink
它	是	不是	安全的	到	吃	糖果	在	哪个	苍蝇	有	擦拭	他们的	脚	或者	到	喝

[ðə; ði] [mɪlk] [ɪn] [wɪtʃ] [ðeɪ] [hæv; həv] [wɑːʃt] [ðem; ðəm] .

the	milk	in	which	they	have	washed	them	.
这	牛奶	在	哪个	他们	有	洗过	他们	.

吃苍蝇擦过脚的糖果是不安全的，喝苍蝇洗过脚的牛奶也是不安全的。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv][ə; eɪ][hæf] ['hændfʊl][ʌv; əv] [mə'nʊr] [wɪtʃ] [hæd; həd] [bɪn] [θroʊn] [aʊt][ʌv; əv]

80	—	Photograph	of	a	half	handful	of	manure	which	had	been	thrown	out	of
-	—	照片	的	一个	一半	少数	的	肥料	哪个	有	到过	抛掷	出去	的

[ə; eɪ] [hɔːrs] ['steɪb(ə)l] .

a	horse	stable	.
一个	马	稳定的	.

80 —一张照片，照片上是半把从马厩里扔出来的粪便。

[noʊt] [mɔːr] [ðæn; ðən][wʌn] ['hʌndrəd] ['haʊsˌflaɪz] [ɪn][ðə; ði] ['sliːpɪŋ] [steɪdʒ] .

Note	more	than	one	hundred	houseflies	in	the	sleeping	stage	.
笔记	更多的	比	一	百	家蝇	在	这	睡眠	阶段	.

注意：有超过一百只家蝇处于休眠状态。

[ðə; ði] ['ʃʊrɪst] [weɪ] [tuː; tə] [get] [rɪd] [ʌv; əv] [flaɪz] [ɪn] ['eni] [kə'mjuːnəti] [ɪz][fɔːr; fər] [ɔːl] [ðə; ði] ['piːp(ə)l] [tuː; tə]

The	surest	way	to	get	rid	of	flies	in	any	community	is	for	all	the	people	to
这	最可靠的	方式	到	得到	摆脱	的	苍蝇	在	任何	社区	是	为了	全部	这	人们	到

[wɜːrk] [tə'geðər] [ænd; ənd] [kiːp] [ðə; ði][ɪn'taɪər] ['neɪbərhʊd] [kliːn] .

work	together	and	keep	the	entire	neighborhood	clean	.
工作	一起	和	保持	这	全部的	邻里	干净的	.

在任何社区，彻底清除苍蝇最可靠的方法是所有居民齐心协力，保持整个社区的清洁。

[noʊ] [ded] [græs] , [wiːdz] , [ɔːr][rægz][ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [ə'laʊd] [tuː; tə][laɪ][ɪn][ðə; ði] [ˌbæk'jɑːrd] [ɔːr] ['æliz] .

No	dead	grass	,	weeds	,	or	rags	should	be	allowed	to	lie	in	the	backyards	or	alleys	.
不	死的	草	,	杂草	,	或者	破布	应该	是	允许	到	说谎	在	这	后院	或者	小巷	.

后院或巷道里不应该有枯草、杂草或破布。

[ðə; ði] ['kliːnɪŋ] [frʌm; frəm] ['steiblz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [hɔːld]

The	cleanings	from	stables	should	be	hauled
这	清洁	从	马厩	应该	是	拖拽

马厩的清洁垃圾应该运走。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	134	]
[	页	-	]

[第134页]

[ə'weɪ] ['evri] [wiːk] [ɔːr] [stɔːrd] [ɪn] ['taɪtli] ['kʌvərd] [bɑːksɪz] .

away	every	week	or	stored	in	tightly	covered	boxes	.
离开	每一个	星期	或者	存储	在	紧紧	涵盖	盒子	.

每周外出一次或存放在密封的盒子里。

['gɑːrbɪdʒ] [kænz][mʌst; məst][hæv; həv] [kloʊz] - ['fɪtɪŋ] [lɪdz] ,

Garbage	cans	must	have	close	-	fitting	lids	,
垃圾	罐头	必须	有	关闭	-	配件	盖子	,

垃圾桶必须有密封的盖子。

[soʊ] [ðæt] [ðer; ðər] [wɪl] [biː; bi][noʊ] [pleɪs] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði] [jʌŋ] [meɪ] [hætʃ] [ænd; ənd] [groʊ] .

so	that	there	will	be	no	place	in	which	the	young	may	hatch	and	grow	.
所以	那	那里	将要	是	不	地方	在	哪个	这	年轻的	可能	孵化	和	生长	.

这样一来，幼崽就没有地方可以孵化和成长了。

['ʌðər] ['ɪnsekts] [wɪtʃ] ['kæri] [dɪ'ziːz] . — [ɪn]['sɜːrt(ə)n][pɑːrts][ʌv; əv]['æfrɪkə] ,

Other	Insects	which	carry	Disease	.	—	In	certain	parts	of	Africa	,
其他	昆虫	哪个	携带	疾病	.	—	在	肯定	部分	的	非洲	,

其他携带疾病的昆虫——在非洲某些地区，

[ðə; ði] ['sliːpɪŋ] ['sɪknəs] [hæz; həz] [meɪd] ['ruːɪnz][ʌv; əv] ['prɑːspərəs] ['vɪlɪdʒəz] .

the	sleeping	sickness	has	made	ruins	of	prosperous	villages	.
这	睡眠	疾病	有	制成	废墟	的	繁荣	村庄	.

昏睡病使繁荣的村庄变成了废墟。

['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv][ðə; ði] ['neɪtɪvz] [ɑːr; ər] ['daɪɪŋ] ['jɪrli] [frʌm; frəm] [ðɪs] [dɪ'ziːz] .

Thousands	of	the	natives	are	dying	yearly	from	this	disease	.
数千	的	这	本地人	是	垂死	每年	从	这	疾病	.

每年有数千名当地居民死于这种疾病。

[ðə; ði][dʒəːmz][ɑːr; ər] ['kærid] [frʌm; frəm][wʌn]['pɜːrs(ə)n][tuː; tə] [ə'nʌðər] [baɪ][ðə; ði][baɪt][ʌv; əv][ə; eɪ][flai] .

The	germs	are	carried	from	one	person	to	another	by	the	bite	of	a	fly	.
这	细菌	是	携带	从	一	人	到	其他	经过	这	咬	的	一个	飞	.

病菌通过苍蝇叮咬在人与人之间传播。

[sʌm; səm] [fliːz] ['kæri] [ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv] [pleɪg] ,

Some	fleas	carry	the	germs	of	plague	,
一些	跳蚤	携带	这	细菌	的	瘟疫	,

有些跳蚤携带鼠疫病菌。

[wɪtʃ] [ə; eɪ] [fjuː] ['sentʃəriz] [ə'goʊ] [swept] [ə'krɔːs] ['eɪʒə; 'eɪʃə][ænd; ənd] ['jʊrəp] [dɪs'trɔɪŋ] ['hʌndrədz]

which	a	few	centuries	ago	swept	across	Asia	and	Europe	destroying	hundreds
哪个	一个	很少	几个世纪	前	扫荡	穿过	亚洲	和	欧洲	摧毁	数百

[ʌv; əv][laɪvz; lɪvz] ['deɪli] .

of	lives	daily	.
的	生活	日常的	.

几个世纪前，这种病毒席卷亚洲和欧洲，每天夺走数百人的生命。

[ðə; ði] [pleɪg] [ɪz] [naʊ] ['kɑːmən] [ɪn] ['ɪndiə] [ænd; ənd][wʌz; wəz]['prez(ə)nt][ɪn][ˌkæləˈfɔːrniə][ɪn] - [ænd; ənd]

The	plague	is	now	common	in	India	and	was	present	in	California	in	1908	and
这	瘟疫	是	现在	常见的	在	印度	和	曾是	展示	在	加利福尼亚州	在	-	和

- .

1910	.
-	.

鼠疫现在在印度很常见，1908 年和 1910 年加利福尼亚州也曾出现过鼠疫。

[ðə; ði] ['bedbʌg] [spredz] ['sevrəl] [kaɪndz][ʌv; əv] ['fiːvəz] [ɪn][wɔːrm] ['kʌntriz] [ænd; ənd] [meɪ] ['ɔːlsoʊ][biː; bi]

The	bedbug	spreads	several	kinds	of	fevers	in	warm	countries	and	may	also	be
这	臭虫	传播	一些	种类	的	发烧	在	温暖的	国家	和	可能	还	是

[ə; eɪ] ['kæriər] [ʌv; əv] ['leprəsi] [ænd; ənd] ['taɪfɔɪd] ['fiːvər] .

a	carrier	of	leprosy	and	typhoid	fever	.
一个	载体	的	麻风	和	伤寒	发烧	.

臭虫在温暖的国家传播多种类型的发烧，也可能是麻风病和伤寒的传播媒介。

[ðiːz] [fækts] [ʃoʊ] [ðæt] ['ɪnsekts] [ɑːr; ər] ['deɪndʒərəs] [ænd; ənd] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði]

These	facts	show	that	insects	are	dangerous	and	should	be	kept	out	of	the
这些	事实	展示	那	昆虫	是	危险的	和	应该	是	保留	出去	的	这

[hoʊm] .

home	.
家	.

这些事实表明，昆虫是危险的，应该被清除出家门。

['eni] [wʌn] ['trʌbld] [wɪð; wɪθ] [ðiːz] ['lɪt(ə)l] ['pests] [ɪn] [ðə; ði] [haʊs] [meɪ] [lɜːrn] [haʊ] [tuː; tə] [get] [rɪd] [ʌv; əv]
Any one troubled with these little pests in the house may learn how to get rid of
任何 一 麻烦 和 这些 小的 害虫 在 这 房子 可能 学习 如何 到 得到 摆脱 的
[ðem; ðəm] [baɪ] ['raɪtɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] [dɪ'pɑːrtmənt] [ʌv; əv] ['ægrɪkʌltʃər] ,
them by writing to the Department of Agriculture ,
他们 经过 写作 到 这 部门 的 农业 ,

任何受这些小害虫困扰的人都可以写信给农业部，了解如何消灭它们。

['wɑːʃɪŋtən] , [diː] . [siː] .
Washington , D . C .
华盛顿 , D . C .

华盛顿特区

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 135]
[页 -]

[第135页]

['tʃæptər] [ˌɛksˌviː'aɪ'aɪ'aɪ]
CHAPTER XVIII
章 十八

第十八章

[haʊ] [ðə; ði] ['bɑːdi] [muːvz]
HOW THE BODY MOVES
如何 这 身体 移动

身体如何运动

[ðə; ði] [niːd] [ʌv; əv] [ə; eɪ] ['freɪmwɜːrk] . — [ðə; ði] ['bɑːdi] [niːdz] [ə; eɪ] [stɪf] ['freɪmwɜːrk] [meɪd] [ʌv; əv] [boʊnz]
The Need of a Framework . — The body needs a stiff framework made of bones
这 需要 的 一个 框架 . — 这 身体 需求 一个 僵硬的 框架 制成 的 骨头
[fɔːr; fər] [θriː] ['pɝːpəsəz, 'pɝːpəsɪz] .
for three purposes .
为了 三 目的 .

框架的必要性——人体需要一个由骨骼构成的坚固框架，其目的有三。

[wʌn] ['pɜːrpəs] [ɪz] [tuː; tə] [gɪv] [ˌaɪ 'tiː] [ʃeɪp] , [ə; eɪ] ['sekənd] ['pɜːrpəs] [ɪz] [tuː; tə] [help] [ðə; ði] ['bɑːdi] [muːv] ,
One purpose is to give it shape , a second purpose is to help the body move ,
一 目的 是 到 给 它 形状 , 一个 第二 目的 是 到 帮助 这 身体 移动 ,

其一目的是赋予身体形状，其二是帮助身体运动。

[ænd; ənd] [ə; eɪ] [θɜːrd] [wʌn] [ɪz] [tuː; tə] [prə'tekt] [frʌm; frəm] ['ɪndʒəri] [sʌm; səm] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['delɪkət] ['ɔrgənz] ,
and a third one is to protect from injury some of the delicate organs ,
和 一个 第三 一 是 到 保护 从 受伤 一些 的 这 精美的 器官 ,

第三个目的是保护一些脆弱的器官免受损伤。

[sʌtʃ] [æz; əz] [ðə; ði] [hɑːrt] [ænd; ənd] [breɪn] .
such as the heart and brain .
这样的 作为 这 心 和 脑 .

例如心脏和大脑。

[ðə; ði] [boʊnz] [ɑːr; ər] ['noʊwer] ['seprət] [bʌt; bət] [ɑːr; ər] [dʒɔɪnd] [tə'geðər] [wɪð; wɪθ] [tʌf] ['bændz] [neɪmd]
The bones are nowhere separate but are joined together with tough bands named
这 骨头 是 无处 分离 但 是 加入 一起 和 艰难的 乐队 命名
['lɪgəmənts] .
ligaments .
韧带 .

这些骨骼并非彼此分离，而是通过称为韧带的坚韧带连接在一起。

[ɔːl] [ðə; ði] [boʊnz] [tə'geðər] [fɔːrm] [ðə; ði] ['skelɪt(ə)n] .
All the bones together form the skeleton .
全部 这 骨头 一起 形式 这 骨骼 .

所有骨骼共同构成骨架。

[ɔːl] ['ænɪmlz] [frʌm; frəm] [fɪʃ] [tuː; tə][mæn][hæv; həv][ə; eɪ] ['skelɪt(ə)n] .

All	animals	from	fish	to	man	have	a	skeleton	.
全部	动物	从	鱼	到	男人	有	一个	骨骼	.

从鱼类到人类，所有动物都有骨骼。

['meni] [ʌv; əv][ðə; ði] ['loʊər] ['kriːtʃərz] , [sʌtʃ] [æz; əz][wəːmz, vɔːrms][ænd; ənd] [flaɪz] , [hæv; həv][noʊ]['boʊni] ['skelɪt(ə)n] .

Many	of	the	lower	creatures	,	such	as	worms	and	flies	,	have	no	bony	skeleton	.
许多	的	这	降低	生物	,	这样的	作为	蠕虫	和	苍蝇	,	有	不	骨质	骨骼	.

许多低等生物，如蠕虫和苍蝇，没有骨骼。

[moʊst][ʌv; əv] [ðiːz] [muːv] ['slʌgɪʃli] [ɔːr][hæv; həv][ə; eɪ] ['hɑrdnd] ['aʊtər] ['kʌvərɪŋ] , [laɪk] ['biːtlz] [ænd; ənd]['wɒsps] .

Most	of	these	move	sluggishly	or	have	a	hardened	outer	covering	,	like	beetles	and	wasps	.
最多	的	这些	移动	迟缓地	或者	有	一个	硬化	外	覆盖	,	喜欢	甲虫	和	黄蜂	.

它们大多行动迟缓或有坚硬的外壳，例如甲虫和黄蜂。

[ðə; ði] ['skelɪt(ə)n] [ʌv; əv] ['ænɪmlz] [sʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði][kæt] , ['ræbɪt] , [ɔːr] [kaʊ] ,

The	skeleton	of	animals	such	as	the	cat	,	rabbit	,	or	cow	,
这	骨骼	的	动物	这样的	作为	这	猫	,	兔子	,	或者	奶牛	,

猫、兔子或牛等动物的骨骼

[hæz; həz] [əˈbaʊt] [ðə; ði] [seɪm] ['nʌmbər] [ʌv; əv] [boʊnz] [æz; əz][mæn] , [ænd; ənd] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [əˈreɪndʒd] [ɪn] [ðə; ði] [seɪm] [wei] .

has	about	the	same	number	of	bones	as	man	,	and	they	are	arranged	in	the	same	way	.
有	关于	这	相同的	数字	的	骨头	作为	男人	,	和	他们	是	安排	在	这	相同的	方式	.

它的骨骼数量与人类大致相同，排列方式也相同。

[ʌv; əv] [wʌt] [ə; eɪ] [boʊn] [ɪz] [meɪd] . — [ɔːlˈðoʊ] [ðə; ði] [boʊnz] [ɑːr; ər][soʊ][hɑːrd] , [ðeɪ] [ɑːr; ər][nɑːt] [ded] .

Of	what	a	Bone	is	Made	.	—	Although	the	bones	are	so	hard	,	they	are	not	dead	.
的	什么	一个	骨	是	制成	.	—	虽然	这	骨头	是	所以	难的	,	他们	是	不是	死的	.

:

骨骼的构成——虽然骨骼非常坚硬，但它们并非死的。

[ðeɪ] [kənˈteɪn] [blʌd] ,

They	contain	blood	,
他们	包含	血	,

它们含有血液，

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	136	]
[	页	-	]

[第136页]

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	137	]
[	页	-	]

[第137页]

[hæv; həv] ['fiːlɪŋ] , [ænd; ənd][ɑːr; ər][dʒʌst][æz; əz] [mʌtʃ] [ə'laɪv][æz; əz][ðə; ði]['sɑːftɝ, 'sɔftɝ][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]

have	feeling	,	and	are	just	as	much	alive	as	the	softer	parts	of	the
有	感觉	,	和	是	只是	作为	很多	活	作为	这	更柔和	部分	的	这

['bɑːdi] .

body	.
身体	.

它们有感觉，和身体其他柔软的部位一样有生命。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði][laɪm] [ðæt] [meɪks] [ðem; ðəm] [stɪf] .

It	is	the	lime	that	makes	them	stiff	.
它	是	这	酸橙	那	制作	他们	僵硬的	.

是酸橙使它们变硬。

[ðɪs] [kæn; kən][biː; bi] ['iːtn] [aʊt][baɪ] ['pʊtɪŋ] [ðə; ði][boʊn][ɪn] [strɔːŋ] ['vɪnɪgər] [ɔːr] ['ʌðər] ['æsɪd][fɔːr; fər]

This	can	be	eaten	out	by	putting	the	bone	in	strong	vinegar	or	other	acid	for
这	能	是	吃	出去	经过	推杆	这	骨	在	强的	醋	或者	其他	酸	为了

[ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] .

a	few	days	.
一个	很少	天	.

将骨头放在浓醋或其他酸性物质中浸泡几天，就能把酸味吃掉。

[ə; eɪ] [lɔːŋ] [boʊn] [wɪl] [ðen] [bɪ'kʌm] [soʊ]['lɪmbər] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi][taɪd]['ɪntuː][ə; eɪ] [nɑːt] .

A	long	bone	will	then	become	so	limber	that	it	can	be	tied	into	a	knot	.
一个	长的	骨	将要	然后	变得	所以	柔韧	那	它	能	是	系	进入	一个	结	.

长骨会变得非常柔软，可以打成结。

[ðə; ði] ['lɪvɪŋ] [pɑːrt][ʌv; əv][ə; eɪ][boʊn][kæn; kən][biː; bi] [bəːnd] [aʊt][baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][ɑːn][hɑːt] [koʊl]

The	living	part	of	a	bone	can	be	burned	out	by	placing	it	on	hot	coals
这	活的	部分	的	一个	骨	能	是	烧伤	出去	经过	放置	它	在	热的	煤炭

[fɔːr; fər][ə; eɪ][hæf] ['aʊər] .

for	a	half	hour	.
为了	一个	一半	小时	.

将骨头放在热炭上烧半小时，就能烧掉骨头的活组织部分。

[æt; ət][ðə; ði][end][ʌv; əv] [ðɪs] [taɪm] [ðə; ði][boʊn] [wɪl] [lʊk] [dʒʌst][æz; əz] [bɪ'fɔːr] ,

At	the	end	of	this	time	the	bone	will	look	just	as	before	,
在	这	结尾	的	这	时间	这	骨	将要	看	只是	作为	前	,

这段时间结束后，骨头看起来会和以前一样。

[bʌt; bət] [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [tʌtʃt] , [wɪl] ['krʌmb(ə)l][tuː; tə] ['piːsɪz] .

but	when	it	is	touched	,	will	crumble	to	pieces	.
但	什么时候	它	是	感动	,	将要	崩溃	到	件	.

但一碰就会碎成渣。

[fɔːrmz] [ʌv; əv] [boʊnz] . — [ðə; ði] [boʊnz] [ʌv; əv][ðə; ði] [legz] [ænd; ənd][ɑːrmz][ɑːr; ər] ['hɑːloʊ] .

Forms	of	Bones	.	—	The	bones	of	the	legs	and	arms	are	hollow	.
表格	的	骨头	.	—	这	骨头	的	这	腿	和	武器	是	空洞的	.

骨骼的形状——腿骨和胳膊骨是空心的。

[ðɪs] [fɔːrm] ['gɪvz] [ðə; ði] ['gretɪst] [streŋθ] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [liːst] [weɪt] .

This	form	gives	the	greatest	strength	with	the	least	weight	.
这	形式	给予	这	最	力量	和	这	至少	重量	.

这种形式能够以最小的重量实现最大的强度。

[juː; jʊ][kæn; kən] [pruːv] [ðɪs] [baɪ]['juːzɪŋ] [tuː] [ʃiːts] [ʌv; əv]['peɪpər] .

You	can	prove	this	by	using	two	sheets	of	paper	.
你	能	证明	这	经过	使用	二	纸张	的	纸	.

你可以用两张纸来证明这一点。

[roʊl] [wʌn] [ʃiːt] [ænd; ənd][foʊld][ðə; ði] ['ʌðər] [wʌn] .

Roll	one	sheet	and	fold	the	other	one	.
卷	一	床单	和	折叠	这	其他	一	.

将一张纸卷起来，另一张纸折叠起来。

[hæŋ] [weɪts] [ɑːn][bəuθ]['ɛndz][ʌv; əv] [iːtʃ] [ænd; ənd][juːz][ðə; ði]['fɪŋgər][fɔːr; fər][ə; eɪ] [sə'pɔːrt] [ɪn][ðə; ði]
Hang **weights** **on** **both** **ends** **of** **each** **and** **use** **the** **finger** **for** **a** **support** **in** **the**
悬挂 重量 在 两个都 结束 的 每个 和 使用 这 手指 为了 一个 支持 在 这
['mɪd(ə)l] .
middle **.**
中间 .

在每根绳子的两端挂上重物，用手指支撑中间部分。

[ðə; ði]['kævəti][ʌv; əv] [ðiːz] [boʊnz][ɪz] [fɪld] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ][sɔːft] [waɪt] ['sʌbstəns] [kɔːld] ['mæroʊ] .
The **cavity** **of** **these** **bones** **is** **filled** **with** **a** **soft** **white** **substance** **called** **marrow** **.**
这 空腔 的 这些 骨头 是 已填 和 一个 柔软的 白色的 物质 称为 骨髓 .

这些骨骼的空腔内充满了一种叫做骨髓的柔软白色物质。

[ðɪs] [ɪz] ['lɑːrdʒli] [fæt] .
This **is** **largely** **fat** **.**
这 是 很大程度上 胖的 .

这主要是脂肪。

[iːtʃ] [boʊn][ɪz] [sə'raʊndɪd] [baɪ][ə; eɪ] [tʌf] ['membreɪn] [tuː; tə] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['mʌslz] [ɑːr; ər] [ə'tætʃt] .
Each **bone** **is** **surrounded** **by** **a** **tough** **membrane** **to** **which** **the** **muscles** **are** **attached** **.**
每个 骨 是 包围 经过 一个 艰难的 膜 到 哪个 这 肌肉 是 随附的 .

每块骨头都被一层坚韧的膜包裹着，肌肉就附着在这层膜上。

[ə'reɪndʒmənt] [ʌv; əv][ðə; ði] [boʊnz] . — [ðə; ði] [boʊnz][ʌv; əv][ðə; ði] [hed] [fɔːrm][ðə; ði] [skʌl] .
Arrangement **of** **the** **Bones** **.** **—** **The** **bones** **of** **the** **head** **form** **the** **skull** **.**
安排 的 这 骨头 . — 这 骨头 的 这 头 形式 这 颅骨 .

骨骼排列——头部骨骼构成头骨。

[ðə; ði] ['ʌðər] [boʊnz][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][nɑːt] [bɪ'lɔːŋɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] [lɪmz] [meɪk] [ʌp][ðə; ði] [trʌŋk] .
The **other** **bones** **of** **the** **body** **not** **belonging** **to** **the** **limbs** **make** **up** **the** **trunk** **.**
这 其他 骨头 的 这 身体 不是 属于 到 这 四肢 制作 向上 这 树干 .

除四肢以外的身体其他骨骼构成了躯干。

[ðer; ðər][ɑːr; ər]['oʊvər] [tuː] ['hʌndrəd] [boʊnz][ɪn][ðə; ði][ɪn'taɪər]['bɑːdi] .
There **are** **over** **two** **hundred** **bones** **in** **the** **entire** **body** **.**
那里 是 超过 二 百 骨头 在 这 全部的 身体 .

人体共有两百多块骨头。

[eɪt] [ʌv; əv] [ðiːz] [fɔːrm][ə; eɪ] [keɪs] [fɔːr; fər][ðə; ði] [breɪn] .
Eight **of** **these** **form** **a** **case** **for** **the** **brain** **.**
八 的 这些 形式 一个 案件 为了 这 脑 .

其中八项构成了大脑的保护案例。

[ˌfɔːr'tiːn] [gɪv] [ʃeɪp] [tuː; tə][ðə; ði] [feɪs] .
Fourteen **give** **shape** **to** **the** **face** **.**
十四 给 形状 到 这 脸 .

十四个牙齿勾勒出脸部轮廓。

[ə; eɪ] [tʃeɪn] [ʌv; əv] ['twenti] - [sɪks] [boʊnz] [neɪmd] [fɔːrmz][ðə; ði] ['bækboʊn] .
A **chain** **of** **twenty** **-** **six** **bones** **named** **vertebræ** **forms** **the** **backbone** **.**
一个 链 的 二十 - 六 骨头 命名 脊椎 表格 这 骨干 .

脊柱由二十六块椎骨组成。

[fɪg] .
Fig **.**
如图 .

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv][ðə; ði] [boʊnz][ʌv; əv][ðə; ði] ['skelɪt(ə)n] .
81 **—** **Photograph** **of** **the** **bones** **of** **the** **skeleton** **.**
- — 照片 的 这 骨头 的 这 骨骼 .

81 —骨骼照片。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 138]
[页 -]

[第138页]

[twelv] [perz] [ʌv; əv] [rɪbz] [ɪn'sɜːrkl] [ðə; ði] [tʃest] .
Twelve pairs of ribs encircle the chest .
十二 对 的 肋骨 包围 这 胸部 .

胸部有十二对肋骨。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] ['fɑːsənd] [bɪ'haɪnd] [tuː; tə] [ðə; ði] ['bækboʊn] .
They are fastened behind to the backbone .
他们 是 系紧 在后面 到 这 骨干 .

它们固定在脊柱后方。

[ðə; ði] [frʌnt] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] [rɪbz] [ɑːr; ər] [meɪd] [ʌv; əv] ['piːsɪz] [ʌv; əv] ['grɪsl] .
The front parts of the ribs are made of pieces of gristle .
这 正面 部分 的 这 肋骨 是 制成 的 件 的 脆骨 .

肋骨的前部是由软骨碎片组成的。

[ðə; ði] ['sev(ə)n] ['ʌpər] [perz] [ɑːr; ər] [dʒɔɪnd] [tuː; tə] [ðə; ði] ['brestboʊn] .
The seven upper pairs are joined to the breastbone .
这 七 上 对 是 加入 到 这 胸骨 .

上方七对椎骨与胸骨相连。

[ðə; ði] [faɪv] ['loʊər] [perz] [ɑːr; ər] [neɪmd] [fɔːls] [rɪbz] .
The five lower pairs are named false ribs .
这 五 降低 对 是 命名 错误的 肋骨 .

下方的五对肋骨被称为假肋骨。

[ðə; ði] ['kɑːlər] [boʊn] [ɪz] [ɪn] [frʌnt] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['ʃoʊldər] [ænd; ənd] [bɪ'haɪnd] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ðə; ði] [flæt] ['ʃoʊldər]
The collar bone is in front of the shoulder and behind it is the flat shoulder
这 衣领 骨 是 在 正面 的 这 肩膀 和 在后面 它 是 这 平坦的 肩膀
[bleɪd] .
blade .
刀刃 .

锁骨位于肩膀前方，其后方是扁平的肩胛骨。

[ðer; ðər] [ɪz] [wʌn] [boʊn] [ɪn] [ðə; ði] ['ʌpər] [pɑːrt] [ʌv; əv] [iːtʃ] [ɑːrm] [ænd; ənd] [leg] [ænd; ənd] [tuː] [boʊnz] [ɪn]
There is one bone in the upper part of each arm and leg and two bones in
那里 是 一 骨 在 这 上 部分 的 每个 手臂 和 腿 和 二 骨头 在
[ðə; ði] ['loʊər] [pɑːrt] [ʌv; əv] [iːtʃ] [lɪm] .
the lower part of each limb .
这 降低 部分 的 每个 肢 .

每条手臂和腿的上部都有一根骨头，每条肢体的下部都有两根骨头。

['twenti] - [eɪt] [smɔːl] [boʊnz] [ɑːr; ər] [faʊnd] [ɪn] [ðə; ði] [hænd] , [waɪl] ['twenti] - ['sev(ə)n] [ɑːr; ər] ['prez(ə)nt]
Twenty - eight small bones are found in the hand , while twenty - seven are present
二十 - 八 小的 骨头 是 成立 在 这 手 , 尽管 二十 - 七 是 展示
[ɪn] [ðə; ði] [fʊt] .
in the foot .
在 这 脚 .

手部有 28 块小骨头，而脚部有 27 块小骨头。

[haʊ] [ðə; ði] [boʊnz] [meɪ] [biː; bi] ['ɪndʒərd] . — [ɪn] [ðə; ði] [jʌŋ] [sʌm; səm] [ʌv; əv] [ðə; ði] [ɪn'taɪər] [boʊnz]
How the Bones may be Injured . — In the young some of the entire bones
如何 这 骨头 可能 是 受伤 . — 在 这 年轻的 一些 的 这 全部的 骨头
[ænd; ənd] [pɑːrts] [ʌv; əv] ['meni] ['ʌðər] [ɑːr; ər] [sɔːft] [laɪk] ['grɪsl] .
and parts of many others are soft like gristle .
和 部分 的 许多 其他的 是 柔软的 喜欢 脆骨 .

骨骼可能受伤的方式——在年轻人中，一些整根骨头和许多其他骨头的部分都像软骨一样柔软。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] , [ðə; ði] [boʊnz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [jʌŋ] ['seldəm] [get] ['broʊkən] ,

For	this	reason	,	the	bones	of	the	young	seldom	get	broken	,
为了	这	原因	,	这	骨头	的	这	年轻的	很少	得到	破碎的	,

因此，年轻人的骨头很少骨折。

[bʌt; bət] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['iːzəli] [bent] [ænd; ənd] [prest] [aʊt] [ʌv; əv] [ðer; ðər] ['nætʃ(ə)rəl] [ʃeɪp] .

but	they	are	easily	bent	and	pressed	out	of	their	natural	shape	.
但	他们	是	容易地	弯曲	和	按下	出去	的	他们的	自然的	形状	.

但它们很容易被弯曲和挤压，失去原有的形状。

[ɑːn] [ðɪs] [ə'kaʊnt] [juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [hoʊld] [ðə; ði] ['bɑːdi] [ɪ'rekt] [ɪn] ['sɪtɪŋ] [ænd; ənd] ['wɔːkɪŋ] .

On	this	account	you	should	hold	the	body	erect	in	sitting	and	walking	.
在	这	帐户	你	应该	抓住	这	身体	直立	在	坐着	和	步行	.

因此，无论坐着还是走路，都应该保持身体挺直。

['bendɪŋ] ['oʊvər] [ðə; ði] ['teɪbl] [ɔːr] [desk] [deɪ] ['æftər] [deɪ] [ɪz] [nɑːt] ['oʊnli] ['laɪkli] [tuː; tə] [kɔːz] [raʊnd]

Bending	over	the	table	or	desk	day	after	day	is	not	only	likely	to	cause	round
弯曲	超过	这	桌子	或者	桌子	天	后	天	是	不是	仅有的	可能	到	原因	圆形的

['ʃəuldəz] ,

shoulders	,
肩膀	,

日复一日地弯腰伏案不仅容易导致圆肩，

[bʌt; bət] [ɪz] [ʃʊr] [tuː; tə] [skwiːz] [ʌp] [ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] ['ʌðər] ['ɔrgənz] [soʊ] [ðeɪ] ['kænɑːt] [duː] [ðer; ðər]

but	is	sure	to	squeeze	up	the	lungs	and	other	organs	so	they	cannot	do	their
但	是	当然	到	挤	向上	这	肺	和	其他	器官	所以	他们	不能	做	他们的

[best] [wɜːrk] .

best	work	.
最好的	工作	.

但肯定会挤压肺部和其他器官，使它们无法发挥最佳功能。

['sɪtɪŋ] [æt; ət] [ə; eɪ] ['teɪbl] [ɔːr] [desk] ,

Sitting	at	a	table	or	desk	,
坐着	在	一个	桌子	或者	桌子	,

坐在桌子或书桌前，

[soʊ] [ðæt] [wʌn] ['ʃoʊldər] [ɪz] ['haɪər] [ðæn; ðən] [ðə; ði] ['ʌðər] [ɔːr] ['kæriɪŋ] [bʊks] [æt; ət] [ðə; ði] [saɪd] ,

so	that	one	shoulder	is	higher	than	the	other	or	carrying	books	at	the	side	,
所以	那	一	肩膀	是	更高	比	这	其他	或者	携带	图书	在	这	边	,

导致一侧肩膀高于另一侧，或者将书本放在身体两侧。

[soʊ] [ðæt] [ðeɪ] [rest] [ɑːn] [ðə; ði] [hɪp] [meɪ] [kɔːz] [ə; eɪ] [kɜːrv] [saɪd͵waɪz] [ɪn] [ðə; ði] ['bækboʊn] .

so	that	they	rest	on	the	hip	may	cause	a	curve	sidewise	in	the	backbone	.
所以	那	他们	休息	在	这	时髦的	可能	原因	一个	曲线	横向	在	这	骨干	.

因此，它们靠在髋部可能会导致脊柱向侧面弯曲。

[taɪt] ['kloʊðɪŋ] [ə'baʊt] [ðə; ði] [weɪst] ['prɛsəz, 'prɛsɪz] [ðə; ði] [rɪbz] [aʊt] [ʌv; əv] [ʃeɪp] [ænd; ənd] [hɜːrts] [ðə; ði]

Tight	clothing	about	the	waist	presses	the	ribs	out	of	shape	and	hurts	the
紧的	衣服	关于	这	腰部	出版社	这	肋骨	出去	的	形状	和	疼痛	这

['ʌðər] ['ɔrgənz] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði] ['bɑːdi] .

other	organs	within	the	body	.
其他	器官	之内	这	身体	.

腰部过紧的衣服会压迫肋骨使其变形，并伤害体内其他器官。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [haʊ] [ðə; ði] [boʊnz] [ɑːr; ər] [held] [tə'geðər] .

82	—	How	the	bones	are	held	together	.
-	—	如何	这	骨头	是	握住	一起	.

82 —骨骼是如何连接在一起的。

[ə; eɪ] [piːs] [hæz; həz] [bɪn] [kʌt] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tʌf] ['lɪgəmənt] [tuː; tə] [ʃoʊ] [ðə; ði] [kʌp] [ʌv; əv] [ðə; ði]

A	piece	has	been	cut	out	of	the	tough	ligament	to	show	the	cup	of	the
一个	片	有	到过	切	出去	的	这	艰难的	韧带	到	展示	这	杯子	的	这

[hɪp] [boʊn] ['ɪntuː] [wɪtʃ] [ðə; ði] [hed] [ʌv; əv] [ðə; ði] [θaɪ] [boʊn] [fɪts] .

hip	bone	into	which	the	head	of	the	thigh	bone	fits	.
时髦的	骨	进入	哪个	这	头	的	这	大腿	骨	适合	.

从坚韧的韧带上切下一块，露出髋骨的凹陷处，大腿骨头就嵌在其中。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[Pg 139]

[页 -]

[第139页]

['kerɪŋ] [fɔːr; fər] ['broʊkən] [boʊnz] . — [wen] [ə; eɪ] [boʊn] [ʌv; əv] [ðə; ði] [ɑːrm] [ɔːr] [leg] [ɪz] ['broʊkən] ,

Caring	for	Broken	Bones	.	—	When	a	bone	of	the	arm	or	leg	is	broken	,
关怀	为了	破碎的	骨头	.	—	什么时候	一个	骨	的	这	手臂	或者	腿	是	破碎的	,

骨折护理——当手臂或腿部的骨头骨折时，

[ðə; ði] ['mʌslz] [tend] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] ['ɛndz] [ʃʌv] ['oʊvər] [iːtʃ] ['ʌðər] .

the	muscles	tend	to	make	the	ends	shove	over	each	other	.
这	肌肉	趋向	到	制作	这	结束	推	超过	每个	其他	.

肌肉会使末端相互挤压。

[ðə; ði] ['broʊkən] ['ɛndz] [ɑːr; ər] ['sʌmtaɪmz] [ʃɑːrp] , [ænd; ənd] [ɪf] [ðə; ði] [lɪm] [ɪz] [bent] ,

The	broken	ends	are	sometimes	sharp	,	and	if	the	limb	is	bent	,
这	破碎的	结束	是	有时	锋利的	,	和	如果	这	肢	是	弯曲	,

断肢的末端有时很锋利，如果肢体弯曲，

[ðiːz] [meɪ] [ter; tɪ(ə)r] [θruː] [ðə; ði] [fleʃ] .

these	may	tear	through	the	flesh	.
这些	可能	撕	通过	这	肉	.

这些可能会撕裂血肉。

[ðɪs] [meɪ] [biː; bi] [priˈventid] [baɪ] ['baɪndɪŋ] [ə; eɪ] [bɔːrd] ['fɜːrmli] [ɑːn] ['ɑːpəzɪt] [saɪdz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [lɪm]

This	may	be	prevented	by	binding	a	board	firmly	on	opposite	sides	of	the	limb
这	可能	是	阻止	经过	结合	一个	木板	牢牢	在	对面的	侧面	的	这	肢

[əˈkrɔːs] [ðə; ði] ['broʊkən] [pɑːrt] .

across	the	broken	part	.
穿过	这	破碎的	部分	.

可以通过在断肢两侧牢牢地绑上一块木板来防止这种情况发生。

[ðɪs] [wɪl] [hoʊld] [ðə; ði] [boʊnz] [ɪn] [pleɪs] [ʌnˈtɪl] [ðə; ði] ['sɜːrdʒən] [kʌmz] [ænd; ənd] [wɪl] ['ɔːlsoʊ] [əˈlaʊ] [ðə; ði]

This	will	hold	the	bones	in	place	until	the	surgeon	comes	and	will	also	allow	the
这	将要	抓住	这	骨头	在	地方	直到	这	外科医生	来	和	将要	还	允许	这

['peɪʃ(ə)nt] [tuː; tə] [biː; bi] [muːvd] .

patient	to	be	moved	.
病人	到	是	已搬	.

这样可以固定住骨头，直到外科医生到来，也可以方便移动病人。

[ðə; ði] ['sɜːrdʒən] [wɪl] [set] [ðə; ði] ['broʊkən] [boʊnz] [baɪ] ['brɪŋɪŋ] [ðə; ði] ['ɛndz] [təˈgeðər] [ænd; ənd] ['hoʊldɪŋ]

The	surgeon	will	set	the	broken	bones	by	bringing	the	ends	together	and	holding
这	外科医生	将要	放	这	破碎的	骨头	经过	带来	这	结束	一起	和	保持

[ðem; ðəm] [ɪn] [pleɪs] [baɪ] [ʃiːts] [ʌv; əv] [wʊd] [ɔːr] ['met(ə)l] ['fɜːrmli] [held] [baɪ] [ə; eɪ] ['bændɪdʒ] .

them	in	place	by	sheets	of	wood	or	metal	firmly	held	by	a	bandage	.
他们	在	地方	经过	纸张	的	木头	或者	金属	牢牢	握住	经过	一个	绷带	.

外科医生会将断骨复位，方法是将断骨的两端对齐，并用木板或金属片固定，再用绷带牢牢包扎。

[ɪn][ə; eɪ][fjuː] [deɪz][ðə; ði] ['membreɪn] [ə'raʊnd][ðə; ði][boʊn] [bɪ'gɪnz][tuː; tə] [groʊ] [nuː] [boʊn][tuː; tə][dʒɔɪn]

In	a	few	days	the	membrane	around	the	bone	begins	to	grow	new	bone	to	join
在	一个	很少	天	这	膜	大约	这	骨	开始	到	生长	新的	骨	到	加入

[ðə; ði]['broʊkən][pɑːrts] .

the	broken	parts	.
这	破碎的	部分	.

几天后，骨头周围的膜开始长出新骨，将断裂的部分连接起来。

[haʊ] [ðə; ði] [boʊnz] [ɑːr; ər][dʒɔɪnd] [tə'geðər] . — [ðə; ði] [tuː] ['dʒen(ə)rəl] ['klæsɪz] [ʌv; əv][dʒɔɪnts][ɑːr; ər][ðə; ði]

How	the	Bones	are	joined	together	.	—	The	two	general	classes	of	joints	are	the
如何	这	骨头	是	加入	一起	.	一	这	二	一般的	课程	的	关节	是	这

['muːvəbl] [ænd; ənd] [ɪ'muːvəbl] .

movable	and	immovable	.
活动	和	不可移动的	.

骨骼是如何连接的——关节一般分为可动关节和不可动关节两大类。

[ɪk'sept] [ðə; ði] ['loʊər] [dʒɔː] ,

Except	the	lower	jaw	,
除了	这	降低	颚	,

除了下颌骨之外，

[ðə; ði] [boʊnz] [ʌv; əv][ðə; ði] [skʌl] [ɑːr; ər][soʊ] ['taɪtli] [dʒɔɪnd] [tə'geðər] [ðæt] [ðer; ðər][ɪz][noʊ]['moʊʃ(ə)n] [bɪ'twiːn]

the	bones	of	the	skull	are	so	tightly	joined	together	that	there	is	no	motion	between
这	骨头	的	这	颅骨	是	所以	紧紧	加入	一起	那	那里	是	不	运动	之间

头骨的骨骼连接得非常紧密，以至于它们之间没有任何运动。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	140	]
[	页	-	]

[第140页]

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	141	]
[	页	-	]

[第141页]

[ðem; ðəm] .

them	.
他们	.

他们。

[ðə; ði] [boʊnz] [ʌv; əv][ðə; ði] [rɪst] [ænd; ənd] [bæk] [hæv; həv][bʌt; bət]['lɪt(ə)l] ['muːvmənt] .

The	bones	of	the	wrist	and	back	have	but	little	movement	.
这	骨头	的	这	手腕	和	后退	有	但	小的	移动	.

手腕和背部的骨骼活动范围很小。

[ðə; ði] ['friːɪst] ['moʊʃ(ə)n][ɪz][æt; ət][ðə; ði] ['ʃoʊldər] [dʒɔɪnt] ,

The	freest	motion	is	at	the	shoulder	joint	,
这	自由	运动	是	在	这	肩膀	联合的	,

肩关节活动范围最大。

[wer] [ðə; ði] [raʊnd] [hed] [ʌv; əv][wʌn] [boʊn] [fɪts]['ɪntuː][ðə; ði] ['ʃæloʊ] [kʌp] [ʌv; əv] [ə'nʌðər] .

where	the	round	head	of	one	bone	fits	into	the	shallow	cup	of	another	.
在哪里	这	圆形的	头	的	一	骨	适合	进入	这	浅的	杯子	的	其他	.

其中一根骨头的圆形头部嵌入另一根骨头的浅杯状部分。

[ðɪs] [ɪz] [kɔːld] [ə; eɪ][bɔːl][ænd; ənd] ['sɑːkɪt] [dʒɔɪnt] .

This	is	called	a	ball	and	socket	joint	.
这	是	称为	一个	球	和	插座	联合的	.

这叫做球窝关节。

[sʌtʃ] [ə; eɪ][dʒɔɪnt][ɪz] [faʊnd] ['ɔːlsoʊ][æt; ət][ðə; ði] [hɪp] .

Such	**a**	**joint**	**is**	**found**	**also**	**at**	**the**	**hip**	**.**
这样的	一个	联合的	是	成立	还	在	这	时髦的	.

髋关节也有类似的关节。

[æt; ət][ðə; ði] ['elboʊ] [ænd; ənd] [niː] [ðə; ði] [boʊnz] [muːv] [bæk] [ænd; ənd] [fɔːrθ] [laɪk] [ə; eɪ] [hɪndʒ] [ænd; ənd]

At	**the**	**elbow**	**and**	**knee**	**the**	**bones**	**move**	**back**	**and**	**forth**	**like**	**a**	**hinge**	**and**
在	这	弯头	和	膝盖	这	骨头	移动	后退	和	前进	喜欢	一个	合页	和

[ðiːz] [ɑːr; ər] [neɪmd] [hɪndʒ] [dʒɔɪnts] .

these	**are**	**named**	**hinge**	**joints**	**.**
这些	是	命名	合页	关节	.

肘关节和膝关节的骨骼像铰链一样来回活动，这些关节被称为铰链关节。

['wɜːrkɪŋ] [pɑːrts][ʌv; əv][ə; eɪ][dʒɔɪnt] . — [ðə; ði]['ɛndz][ʌv; əv][ðə; ði] [boʊnz] [ɑːr; ər] ['kʌvərd] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [θɪn]

Working	**Parts**	**of**	**a**	**Joint**	**.**	**—**	**The**	**ends**	**of**	**the**	**bones**	**are**	**covered**	**with**	**a**	**thin**
在职的	部分	的	一个	联合的	.	—	这	结束	的	这	骨头	是	涵盖	和	一个	薄的

['leɪər] [ʌv; əv] ['grɪsl] .

layer	**of**	**gristle**	**.**
层	的	脆骨	.

关节的活动部件——骨头的末端覆盖着一层薄薄的软骨。

[ðə; ði] [boʊnz] [ɑːr; ər] [held] [ɪn] [pleɪs] [baɪ] ['sevrəl] [strɔːŋ] ['bændz] [kɔːld] ['lɪgəmənts] ([fɪg] . -) .

The	**bones**	**are**	**held**	**in**	**place**	**by**	**several**	**strong**	**bands**	**called**	**ligaments**	**(**	**Fig**	**.**	**82**	**)**	**.**
这	骨头	是	握住	在	地方	经过	一些	强的	乐队	称为	韧带	(	如图	.	-	)	.

骨骼由几条称为韧带的强韧带固定到位（图 82）。

[ðiːz] [ɪn'taɪərli] [sə'raʊnd] [ðə; ði][dʒɔɪnt] .

These	**entirely**	**surround**	**the**	**joint**	**.**
这些	完全	环绕	这	联合的	.

这些结构完全包围了关节。

[ɑːn][ðer; ðər] ['ɪnər] [saɪdz] [ɪz][ə; eɪ] ['delɪkət] ['membreɪn] [wɪtʃ] ['gɪvz] [aʊt] [ə; eɪ] ['slɪpəri] ['fluːɪd][tuː; tə]

On	**their**	**inner**	**sides**	**is**	**a**	**delicate**	**membrane**	**which**	**gives**	**out**	**a**	**slippery**	**fluid**	**to**
在	他们的	内	侧面	是	一个	精美的	膜	哪个	给予	出去	一个	滑	体液	到

[meɪk] [ðə; ði][dʒɔɪnt] [wɜːrk] ['iːzəli] .

make	**the**	**joint**	**work**	**easily**	**.**
制作	这	联合的	工作	容易地	.

它们的内侧有一层薄薄的膜，会分泌润滑液，使关节轻松活动。

[ðə; ði] ['lɪgəmənts] [ɑːr; ər] ['sʌmtaɪmz] [streɪnd] , [stretʃt] , [ɔːr][tɔːrn][baɪ][ə; eɪ][fɔːl] .

The	**ligaments**	**are**	**sometimes**	**strained**	**,**	**stretched**	**,**	**or**	**torn**	**by**	**a**	**fall**	**.**
这	韧带	是	有时	紧张	,	拉伸	,	或者	撕裂	经过	一个	落下	.

韧带有时会因跌倒而拉伤、拉伸或撕裂。

[ðə; ði][dʒɔɪnt] [ðen] [swelz] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðə; ði] ['wɔːtəri] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] [kə'lekts] [ðer; ðər] .

The	**joint**	**then**	**swells**	**because**	**the**	**watery**	**part**	**of**	**the**	**blood**	**collects**	**there**	**.**
这	联合的	然后	涌浪	因为	这	水状的	部分	的	这	血	收集	那里	.

由于血液中的水分聚集在关节处，关节就会肿胀。

[ə; eɪ] [spreɪnd] [lɪm] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['elɪveɪtɪd] [tuː; tə] [prɪ'vent] ['swelɪŋ] .

A	**sprained**	**limb**	**should**	**be**	**elevated**	**to**	**prevent**	**swelling**	**.**
一个	扭伤	肢	应该	是	升高	到	防止	肿胀	.

扭伤的肢体应抬高以防止肿胀。

['beɪðɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][ɪn] ['veri] [hɑːt]['wɔːtər][ɪz]['helpf(ə)l] .

Bathing	**it**	**in**	**very**	**hot**	**water**	**is**	**helpful**	**.**
洗澡	它	在	非常	热的	水	是	有帮助	.

用滚烫的热水浸泡会有帮助。

[ðə; ði] ['mʌslz] . — [ðə; ði] ['mʌslz] [fɔːrm][ðə; ði] [liːn] [miːt] [ɪn] ['eni] ['ænɪm(ə)l] .

The	**Muscles**	**.**	**—**	**The**	**muscles**	**form**	**the**	**lean**	**meat**	**in**	**any**	**animal**	**.**
这	肌肉	.	—	这	肌肉	形式	这	倾斜	肉	在	任何	动物	.

肌肉——肌肉构成了任何动物的瘦肉。

[ðeɪ] [meɪk] [ʌp] [ə'baʊt] [wʌn] [hæf] [ðə; ði] [weɪt] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] .

They	make	up	about	one	half	the	weight	of	the	body	.
他们	制作	向上	关于	一	一半	这	重量	的	这	身体	.

它们约占人体重量的一半。

[iːtʃ] ['mʌs(ə)l] [ɪz] [ə; eɪ] ['bʌnd(ə)l] [ʌv; əv] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz] [ʌv; əv] ['lɪt(ə)l] [θredz] [held] [tə'geðər] [baɪ] ['ʌðər] ['faɪnər] [θredz] ,

Each	muscle	is	a	bundle	of	thousands	of	little	threads	held	together	by	other	finer	threads	,
每个	肌肉	是	一个	捆	的	数千	的	小的	线程	握住	一起	经过	其他	更精细	线程	,

每块肌肉都是由成千上万根细小的纤维束组成，这些细小的纤维又由更细小的纤维连接在一起。

[waɪl] [ðə; ði] [hoʊl] [ɪz] [sə'raʊndɪd] [baɪ] [ə; eɪ] [θɪn] [ʃiːt] .

while	the	whole	is	surrounded	by	a	thin	sheet	.
尽管	这	所有的	是	包围	经过	一个	薄的	床单	.

整个结构被一层薄片包裹着。

['lɪt(ə)l] ['bʌndlz] [fɔːrmd] [ʌv; əv] ['sevrəl] [ʌv; əv] [ðiːz] [θredz] [kɔːld] ['faɪbɚz] [meɪ] [biː; bi] [siːn] [ɪn] [ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [kʊkt] [biːf] [pɪkt] [tuː; tə] ['piːsɪz] .

Little	bundles	formed	of	several	of	these	threads	called	fibers	may	be	seen	in	a	piece	of	cooked	beef	picked	to	pieces	.
小的	捆绑	形成	的	一些	的	这些	线程	称为	纤维	可能	是	已见	在	一个	片	的	煮熟	牛肉	挑选	到	件	.

在一块煮熟的牛肉被撕成碎片后，可以看到由许多这样的细丝组成的小束，称为纤维。

[ðer; ðər] [ɑːr; ər] ['oʊvər] [faɪv] ['hʌndrəd] ['mʌslz] [ɪn] [ðə; ði] ['bɑːdi] .

There	are	over	five	hundred	muscles	in	the	body	.
那里	是	超过	五	百	肌肉	在	这	身体	.

人体内存在超过五百块肌肉。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fɪfti] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['mʌslz] [dʒʌst] ['ʌndər] [ðə; ði] [skɪn] .

83	—	Fifty	of	the	muscles	just	under	the	skin	.
-	—	五十	的	这	肌肉	只是	在下面	这	皮肤	.

83 —皮下五十块肌肉。

[noʊt] [ðə; ði] [waɪt] [kɔːrdz] , [ðə; ði] ['tendənz] [ɪn] [ðə; ði] ['riːdʒənz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [hændz] [ænd; ənd] [fiːt] .

Note	the	white	cords	,	the	tendons	in	the	regions	of	the	hands	and	feet	.
笔记	这	白色的	绳索	,	这	肌腱	在	这	地区	的	这	双手	和	脚	.

注意手脚部位的白色索状物，即肌腱。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] ['baɪseps] ['mʌs(ə)l] [kən'træktɪd] [ə'bʌv] [ænd; ənd] [rɪ'lækst] [ɔːr] ['luːsnd] [bɪ'loʊ] .

84	—	The	biceps	muscle	contracted	above	and	relaxed	or	loosened	below	.
-	—	这	二头肌	肌肉	合同	多于	和	轻松	或者	松动	以下	.

84 —肱二头肌上方收缩，下方放松或松弛。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	142	]
[	页	-	]

[sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] ['mʌslz] [ɑːr; ər] [mɔːr] [ðæn; ðən][ə; eɪ] [fʊt] [lɔːŋ] [ænd; ənd][hæv; həv][ðə; ði] [ʃeɪp]

Some	of	the	muscles	are	more	than	a	foot	long	and	have	the	shape
一些	的	这	肌肉	是	更多的	比	一个	脚	长的	和	有	这	形状

[ʌv; əv][ə; eɪ] ['rɪbən] .

of	a	ribbon	.
的	一个	丝带	.

有些肌肉长达一英尺多，形状像一条丝带。

[sʌm; səm][ɑːr; ər]['sɜːrkjələr] [laɪk] [ðoʊz] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [maʊθ] , [aɪz] , [ænd; ənd] ['stʌmək] ,

Some	are	circular	like	those	around	the	mouth	,	eyes	,	and	stomach	,
一些	是	圆	喜欢	那些	大约	这	嘴	,	眼睛	,	和	胃	,

有些是圆形的，比如嘴巴、眼睛和胃周围的那些。

[waɪl] ['ʌðər] [ɑːr; ər][lɑːrdʒ][ɪn][ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [ænd; ənd]['teɪpər] [tɔːrd] [ðə; ði] ['ɛndz] .

while	others	are	large	in	the	middle	and	taper	toward	the	ends	.
尽管	其他的	是	大的	在	这	中间	和	锥形	朝向	这	结束	.

而另一些则是中间粗壮，两端逐渐变细。

[haʊ] [ðə; ði] ['mʌslz] [ɑːr; ər] ['fɑːsənd] [tuː; tə][ðə; ði] [boʊnz] . — [ðə; ði] [tuː] ['ɛndz] [ʌv; əv][ə; eɪ] ['mʌs(ə)l]

How	the	Muscles	are	fastened	to	the	Bones	.	—	The	two	ends	of	a	muscle
如何	这	肌肉	是	系紧	到	这	骨头	.	—	这	二	结束	的	一个	肌肉

[ɑːr; ər] [ə'tætʃt] [tuː; tə] ['dɪfrənt] [boʊnz] .

are	attached	to	different	bones	.
是	随附的	到	不同的	骨头	.

肌肉如何附着在骨骼上——肌肉的两端分别附着在不同的骨骼上。

[ɪn] ['meni] ['keɪsɪz][ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [ɪz][nɑːt][dʒɔɪnd][də'rektli; daɪ'rektli][tuː; tə][ðə; ði][boʊn] ,

In	many	cases	the	muscle	is	not	joined	directly	to	the	bone	,
在	许多	案例	这	肌肉	是	不是	加入	直接地	到	这	骨	,

在许多情况下，肌肉并非直接与骨骼相连。

[bʌt; bət][ɪz] [kə'nektɪd] [tuː; tə][ə; eɪ] [tʌf] [waɪt] [kɔːrd] [kɔːld] [ə; eɪ] ['tendən] .

but	is	connected	to	a	tough	white	cord	called	a	tendon	.
但	是	连接	到	一个	艰难的	白色的	绳索	称为	一个	肌腱	.

但它与一根坚韧的白色绳索（称为肌腱）相连。

[ðə; ði] ['tendən] [ɪz] [ðen] [fɪkst] [tuː; tə][ðə; ði] [boʊn] .

The	tendon	is	then	fixed	to	the	bone	.
这	肌腱	是	然后	固定的	到	这	骨	.

然后将肌腱固定到骨头上。

['sevrəl] [ʌv; əv][ðə; ði] ['mʌslz] [ɪn][ðə; ði] ['fɔːrɑːm] [rʌn] ['ɪntuː] ['tendənz] [ɪn][ðə; ði] [rɪst] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ɪf]

Several	of	the	muscles	in	the	forearm	run	into	tendons	in	the	wrist	because	if
一些	的	这	肌肉	在	这	前臂	跑步	进入	肌腱	在	这	手腕	因为	如果

[ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [pɑːrt][wɜːr; wər][tuː; tə][ɪk'stend] [ə'lɔːŋ] [ðə; ði] [rɪst] ,

the	muscle	part	were	to	extend	along	the	wrist	,
这	肌肉	部分	是	到	延长	沿着	这	手腕	,

前臂的几块肌肉与手腕的肌腱相连，因为如果肌肉部分沿着手腕延伸，

[ðɪs] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði][ɑːrm] [wʊd] [biː; bi][lɑːrdʒ][ænd; ənd] ['klʌmzi] [ɪn'sted] [ʌv; əv] ['greɪsf(ə)l] [ænd; ənd]

this	part	of	the	arm	would	be	large	and	clumsy	instead	of	graceful	and
这	部分	的	这	手臂	会	是	大的	和	笨拙	反而	的	优美	和

['slendər] .

slender	.
苗条	.

手臂的这一部分会显得粗壮笨拙，而不是优雅纤细。

[sʌm; səm][ʌv; əv] [ðiːz] ['tendənz] [meɪ] [biː; bi] [siːn] [tuː; tə] [muːv] [baɪ] ['bendɪŋ] [ðə; ði] [rɪst] [ænd; ənd] [ðen]

Some	of	these	tendons	may	be	seen	to	move	by	bending	the	wrist	and	then
一些	的	这些	肌腱	可能	是	已见	到	移动	经过	弯曲	这	手腕	和	然后

['wɜːrkɪŋ] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] .

working	the	fingers	.
在职的	这	手指	.

弯曲手腕并活动手指，可以看到其中一些肌腱在活动。

[haʊ] [ðə; ði] ['mʌslz] [duː][ðer; ðər] [wɜːrk] . — [ə; eɪ]['taɪni] [nɜːrv]

How	the	Muscles	do	their	Work	.	—	A	tiny	nerve
如何	这	肌肉	做	他们的	工作	.	—	一个	微小的	神经

肌肉如何工作——一根细小的神经

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	143	]
[	页	-	]

[第143页]

[θred] [rʌnz] [frʌm; frəm][ðə; ði]['spaɪn(ə)l][kɔːrd][ɔːr] [breɪn] [tuː; tə] ['evri] ['mʌs(ə)l] [θred] .

thread	runs	from	the	spinal	cord	or	brain	to	every	muscle	thread	.
线	跑步	从	这	脊	绳索	或者	脑	到	每一个	肌肉	线	.

神经纤维从脊髓或大脑延伸到每一根肌肉纤维。

['mɛsədʒəz, 'mɛsɪdʒɪz] [sent] [θruː] [ðə; ði] [nɜːrv] [θredz] [tuː; tə][ðə; ði] ['mʌslz] [meɪk] [ðem; ðəm][ækt] .

Messages	sent	through	the	nerve	threads	to	the	muscles	make	them	act	.
消息	发送	通过	这	神经	线程	到	这	肌肉	制作	他们	行为	.

神经纤维向肌肉传递信息，使肌肉产生运动。

[ə; eɪ] ['mʌs(ə)l] [kæn; kən][ækt][ɪn]['oʊnli] [tuː] [weɪz] ([fɪg] . -) .

A	muscle	can	act	in	only	two	ways	(	Fig	.	84	)	.
一个	肌肉	能	行为	在	仅有的	二	方式	(	如图	.	-	)	.

肌肉只能以两种方式发挥作用（图 84）。

[ˌaɪ 'tiː][kæn; kən] [bɪ'kʌm] ['ʃɔːrtər] [ɔːr][lɔːŋgər] .

It	can	become	shorter	or	longer	.
它	能	变得	较短	或者	更长	.

它可以变短也可以变长。

[wen] [ˌaɪ 'tiː] [gets] ['ʃɔːrtər] , [wiː; wi] [seɪ] [ˌaɪ 'tiː]['kɑːntrækts] .

When	it	gets	shorter	,	we	say	it	contracts	.
什么时候	它	获得	较短	,	我们	说	它	合同	.

当它变短时，我们说它收缩了。

[wen] [ˌaɪ 'tiː] ['stretʃɪz] [aʊt] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [sed] [tuː; tə][rɪ'læks] .

When	it	stretches	out	,	it	is	said	to	relax	.
什么时候	它	伸展	出去	,	它	是	说	到	放松	.

据说，当它伸展开来时，它就会放松。

[ə; eɪ] ['mʌs(ə)l] ['kænɑːt] ['kɑːntrækt] [mɔːr] [ðæn; ðən][wʌn] [fɔːrθ] [ʌv; əv][ɪts][leŋkθ; leŋθ] .

A	muscle	cannot	contract	more	than	one	fourth	of	its	length	.
一个	肌肉	不能	合同	更多的	比	一	第四	的	它是	长度	.

肌肉收缩的幅度不能超过其长度的四分之一。

[tuː; tə] [pʊl] [ðə; ði] ['fɔːrɑːm] [ʌp] ,

To	pull	the	forearm	up	,
到	拉	这	前臂	向上	,

向上拉起前臂，

[ðə; ði] [breɪn] [sendz] [ə; eɪ] ['mesɪdʒ] [tuː; tə] [ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [fɪkst] [baɪ] [wʌn] [end] [æt; ət] [ðə; ði] ['ʃoʊldər]

the	brain	sends	a	message	to	the	muscle	fixed	by	one	end	at	the	shoulder
这	脑	发送	一个	信息	到	这	肌肉	固定的	经过	一	结尾	在	这	肩膀

[ænd; ənd] [baɪ] [ðə; ði] ['ʌðər] [end] [tuː; tə] [ə; eɪ] [boʊn] [æt; ət] [ðə; ði] ['elboʊ] .

and	by	the	other	end	to	a	bone	at	the	elbow	.
和	经过	这	其他	结尾	到	一个	骨	在	这	弯头	.

大脑向一端固定在肩部、另一端固定在肘部骨骼上的肌肉发出信号。

[ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [æt; ət] [wʌns] [bɪ'kʌmz] ['ʃɔːrtər] [ænd; ənd] ['θɪkər] ,

The	muscle	at	once	becomes	shorter	and	thicker	,
这	肌肉	在	一次	变成	较短	和	较厚	,

肌肉瞬间变短变粗，

[æz; əz] [meɪ] [biː; bi] [felt] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] [ɑːn] [ˌaɪ 'tiː] .

as	may	be	felt	by	placing	the	fingers	on	it	.
作为	可能	是	毛毡	经过	放置	这	手指	在	它	.

用手指触摸就能感觉到。

[ɔːl'ðoʊ] [ˌaɪ 'tiː] ['ʃɔːtnz] ['oʊnli] [tuː] [ɪntʃɪz] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['fɑːsənd] [tuː; tə] [ðə; ði] [boʊn] [soʊ] [nɪr] [ðə; ði]

Although	it	shortens	only	two	inches	it	is	fastened	to	the	bone	so	near	the
虽然	它	缩短	仅有的	二	英寸	它	是	系紧	到	这	骨	所以	靠近	这

['elboʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [drɔːz] [ðə; ði] [hænd] [ʌp] [tuː] [fiːt] .

elbow	that	it	draws	the	hand	up	two	feet	.
弯头	那	它	平局	这	手	向上	二	脚	.

虽然它只缩短了两英寸，但由于它固定在肘部附近的骨头上，所以会把手向上拉起两英尺。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[ʌv; əv] [wʌt] [juːz] [ɑːr; ər] [ðə; ði] [boʊnz] ? [ˌtuː'tuː] .

Of	what	use	are	the	bones	?	2	.
的	什么	使用	是	这	骨头	?	2	.

1. 这些骨头有什么用?

[wʌt] ['ænɪmlz] [hæv; həv] ['boʊni] ['skelɪtnz] ? [θriː] .

What	animals	have	bony	skeletons	?	3	.
什么	动物	有	骨质	骷髅	?	3	.

哪些动物拥有骨骼? 3.

[wʌt] [kæn; kən] [juː; jʊ] [seɪ] [ʌv; əv] [ðə; ði] [fɔːrm] [ʌv; əv] [boʊnz] ? [fɔːr] .

What	can	you	say	of	the	form	of	bones	?	4	.
什么	能	你	说	的	这	形式	的	骨头	?	4	.

你能描述一下骨骼的形状吗? 4.

[haʊ] ['meni] [boʊnz] [ɪn] [ðə; ði] ['bɑːdi] ? [faɪv] .

How	many	bones	in	the	body	?	5	.
如何	许多	骨头	在	这	身体	?	5	.

人体有多少块骨头? 5块。

[neɪm] [sɪks] [boʊnz] . [sɪks] .

Name	six	bones	.	6	.
姓名	六	骨头	.	6	.

说出六种骨骼的名称。6.

[wʌt] [pɑːrt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [ɑːrm] [hæz; həz] [tuː] [boʊnz] [saɪd] [baɪ] [saɪd] ? ['sɛvən] .

What	part	of	the	arm	has	two	bones	side	by	side	?	7	.
什么	部分	的	这	手臂	有	二	骨头	边	经过	边	?	7	.

手臂的哪个部位有两根并排的骨头? 7.

[haʊ] ['meni] [rɪbz][hæv; həv][juː; jʊ] ? [eɪt] .
How many ribs have you ? 8 .
如何 许多 肋骨 有 你 ? 8 .

你身上有多少根肋骨？8.

[ɪk'spleɪn] [haʊ] [ə; eɪ]['broʊkən][boʊn] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [kɛəd] [fɔːr; fər] . [naɪn] .
Explain how a broken bone should be cared for . 9 .
解释 如何 一个 破碎的 骨 应该 是 关心 为了 . 9 .

解释骨折应该如何处理。9.

[pɔɪnt] [aʊt][ænd; ənd] [neɪm] [tuː] [kaɪndz][ʌv; əv][dʒɔɪnts] . - .
Point out and name two kinds of joints . 10 .
观点 出去 和 姓名 二 种类 的 关节 . - .

指出并说出两种关节的名称。10.

[wʌt] [ɑːr; ər] ['lɪgəmənts] ? - .
What are ligaments ? 11 .
什么 是 韧带 ? - .

韧带是什么？11.

[ʌv; əv] [wʌt] [ɪz][ə; eɪ] ['mʌs(ə)l] [meɪd] ? - .
Of what is a muscle made ? 12 .
的 什么 是 一个 肌肉 制成 ? - .

肌肉是由什么构成的？12.

[haʊ] ['meni] ['mʌslz] [ɪn][ðə; ði]['bɑːdi] ? - .
How many muscles in the body ? 13 .
如何 许多 肌肉 在 这 身体 ? - .

人体有多少块肌肉？13块。

[haʊ] ['meni] ['tendənz] [kæn; kən][juː; jʊ] [fiːl] [ɪn][jʊr; jər] [rɪst] ?
How many tendons can you feel in your wrist ?
如何 许多 肌腱 能 你 感觉 在 你的 手腕 ?

你手腕里能感觉到多少根肌腱?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 144]
[页 -]

[第144页]

['tʃæptər] [ˌɛksˌaɪ'ɛks]
CHAPTER XIX
章 十九

第十九章

[ðə; ði] ['mʌslz] [ænd; ənd] [helθ]
THE MUSCLES AND HEALTH
这 肌肉 和 健康

肌肉与健康

['meɪkɪŋ] [ðə; ði] ['mʌslz] [strɔːŋ] . — [noʊ] ['pɝːsənz] [juːz] [ɔːl][ʌv; əv][ðə; ði] [faɪv] ['hʌndrəd] ['mʌslz] [ɪn][ðə; ði]
Making the Muscles Strong . — No persons use all of the five hundred muscles in the
制作 这 肌肉 强的 . — 不 人 使用 全部 的 这 五 百 肌肉 在 这
['bɑːdi] ['evri] [deɪ] .
body every day .
身体 每一个 天 .

增强肌肉力量——没有人每天都会用到身体里的全部五百块肌肉。

[ɪn] [sloʊ] ['wɔːkɪŋ] ['oʊnli] [ə'baʊt] ['twenti] ['mʌslz] [ɑːr; ər] [juːst] ,
In slow walking only about twenty muscles are used ,
在 慢的 步行 仅有的 关于 二十 肌肉 是 用过的 ,

慢走时大约只用到二十块肌肉。

[waɪl] [ɪn] ['rʌnɪŋ] [mɔːr] [ðæn; ðən] [fɔːr] [taɪmz] [ðæt] ['nʌmbər] [ɑːr; ər] [kɔːld] ['ɪntuː]['ækʃ(ə)n] .

while	in	running	more	than	four	times	that	number	are	called	into	action	.
尽管	在	跑步	更多的	比	四	时代	那	数字	是	称为	进入	行动	.

而在跑步过程中，被召集起来采取行动的人数是这个数字的四倍多。

['mʌslz] [wɪtʃ] [ɑːr; ər][nɑːt] [juːst] [get] ['leɪzi] [ænd; ənd] [wiːk] .

Muscles	which	are	not	used	get	lazy	and	weak	.
肌肉	哪个	是	不是	用过的	得到	懒惰的	和	虚弱的	.

不使用的肌肉会变得迟钝无力。

['evri] [taɪm] [ə; eɪ] ['mʌs(ə)l] [ɪz] [meɪd] [tuː; tə][ækt][ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] [ɪn'lɑːrdʒ] [ænd; ənd] [brɪŋ] [tuː; tə]

Every	time	a	muscle	is	made	to	act	the	blood	vessels	enlarge	and	bring	to
每一个	时间	一个	肌肉	是	制成	到	行为	这	血	船只	放大	和	带来	到

[ˌaɪ 'tiː] [mɔːr] [blʌd] [tuː; tə] [sə'plaɪ] [fuːd] .

it	more	blood	to	supply	food	.
它	更多的	血	到	供应	食物	.

每次肌肉活动时，血管都会扩张，输送更多血液来供应肌肉所需的营养。

[ðə; ði] [mɔːr] [fuːd] [ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [hæz; həz][ðə; ði] [strɔːŋgər] [ˌaɪ 'tiː] [grəuz] .

The	more	food	the	muscle	has	the	stronger	it	grows	.
这	更多的	食物	这	肌肉	有	这	更强	它	生长	.

肌肉获得的营养越多，肌肉就越强壮。

[ðə; ði] [raɪt] [ɑːrm][ɪz] [juːst] [mɔːr] [ðæn; ðən][ðə; ði] [left] [ɪn][moʊst] ['pɝːsənz] .

The	right	arm	is	used	more	than	the	left	in	most	persons	.
这	正确的	手臂	是	用过的	更多的	比	这	左边	在	最多	人	.

大多数人使用右臂的频率高于左臂。

[ðɪs] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː][soʊ] [mʌtʃ] [strɔːŋgər] [ðæt] [sʌm; səm] [bɔɪz] [kæn; kən] [lɪft] ['twenti] - [faɪv] [paʊndz] [mɔːr]

This	makes	it	so	much	stronger	that	some	boys	can	lift	twenty	-	five	pounds	more
这	制作	它	所以	很多	更强	那	一些	男孩们	能	举起	二十	-	五	磅	更多的

[wɪð; wɪθ][ðə; ði] [raɪt] [ɑːrm][ðæn; ðən] [ðeɪ] [kæn; kən][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [left] .

with	the	right	arm	than	they	can	with	the	left	.
和	这	正确的	手臂	比	他们	能	和	这	左边	.

这使得有些男孩右臂的力量比左臂强得多，以至于他们右臂能举起的重量比左臂多25磅。

['juːzɪŋ] [ðə; ði] ['mʌslz] [kiːps] [ðə; ði]['bɑːdi] [wel] . — [ɔːl] ['mʌslz] [mʌst; məst][hæv; həv] [mɔːr] [blʌd]

Using	the	Muscles	keeps	the	Body	Well	.	—	All	muscles	must	have	more	blood
使用	这	肌肉	保持	这	身体	出色地	.	—	全部	肌肉	必须	有	更多的	血

[wen] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [juːst] [soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [hɑːrt] [ɪz] [meɪd] [tuː; tə] [biːt] ['fæstər][ænd; ənd] [strɔːŋgər] [baɪ]

when	they	are	used	so	that	the	heart	is	made	to	beat	faster	and	stronger	by
什么时候	他们	是	用过的	所以	那	这	心	是	制成	到	打	快点	和	更强	经过

['eksərsaɪz] .

exercise	.
锻炼	.

锻炼肌肉能保持身体健康。——所有肌肉在使用时都需要更多的血液供应，这样才能通过锻炼使心脏跳动得更快更强。

[ɪn] [ðɪs] [wei] [ɪts] [vælvz] [ænd; ənd] [wɔːlz] [bɪ'kʌm] ['eɪb(ə)l][tuː; tə][duː] [mɔːr] [wɜːrk] .

In	this	way	its	valves	and	walls	become	able	to	do	more	work	.
在	这	方式	它是	阀门	和	墙壁	变得	有能力的	到	做	更多的	工作	.

这样一来，它的阀门和壁就能做更多的工作。

[sʌtʃ] [ə; eɪ] [hɑːrt] [nɑːt]['oʊnli] [dʌz] [ɪts] [wɜːrk] ['betər] [ɪn][ə; eɪ] [wel] ['pɜːrs(ə)n] ,

Such	a	heart	not	only	does	its	work	better	in	a	well	person	,
这样的	一个	心	不是	仅有的	做	它是	工作	更好的	在	一个	出色地	人	,

这样一颗心脏不仅在健康的人身上运作得更好，

[bʌt; bət][ɪz]['eɪb(ə)l][tuː; tə] [kiːp] ['pʌmpɪŋ] [wen] [ðə; ði]['bɑːdi][ɪz] ['wiːkənd] [baɪ] [dɪ'ziːz] .

but	is	able	to	keep	pumping	when	the	body	is	weakened	by	disease	.
但	是	有能力的	到	保持	抽水	什么时候	这	身体	是	减弱	经过	疾病	.

但即使身体因疾病而虚弱，它也能继续泵血。

['meni] ['pɝːsənz] [daɪ][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðə; ði] [hɑːrt] [gets] [tuː] [wiːk] [tuː; tə] [pʊʃ] [ðə; ði] [blʌd] [θruː] [ðə; ði]

Many	persons	die	because	the	heart	gets	too	weak	to	push	the	blood	through	the
许多	人	死	因为	这	心	获得	也	虚弱的	到	推	这	血	通过	这

['bɑːdi] .

body	.
身体	.

许多人因心脏衰竭，无法将血液泵送到全身而死亡。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	145	]
[	页	-	]

[第145页]

[ɪn] [ɔːl] [ðə; ði] ['lɪt(ə)l] ['speɪsɪz] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['mʌslz] [ænd; ənd] [pɑːrts] [ʌv; əv] ['ʌðər] ['ɔrgənz] [ɪz] [sʌm; səm]

In	all	the	little	spaces	between	the	muscles	and	parts	of	other	organs	is	some
在	全部	这	小的	空间	之间	这	肌肉	和	部分	的	其他	器官	是	一些

['wɔːtəri] [pɑːrt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [blʌd] [kən'teɪnɪŋ] [mʌtʃ] [weɪst] ['gɪv(ə)n] [ɔːf] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['tɪsˌjuːz, 'tɪʃuːz] .

watery	part	of	the	blood	containing	much	waste	given	off	from	the	tissues	.
水状的	部分	的	这	血	包含	很多	浪费	给定	离开	从	这	组织	.

肌肉和其他器官之间的所有小空隙中都含有一些水状血液，其中含有大量组织产生的废物。

['muːvɪŋ] [ðə; ði] ['mʌslz] ['prɛsəz, 'prɛsɪz] [ɑːn] [ðɪs] ['wɔːtəri] [weɪst] [ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [wei] [æz; əz] [tuː; tə] [muːv]

Moving	the	muscles	presses	on	this	watery	waste	in	such	a	way	as	to	move
移动	这	肌肉	出版社	在	这	水状的	浪费	在	这样的	一个	方式	作为	到	移动

[ˌaɪ 'tiː] [ə'lɔːŋ] ['ɪntuː] [ðə; ði] [blʌd] ['tʃænlz] .

it	along	into	the	blood	channels	.
它	沿着	进入	这	血	频道	.

肌肉运动会对这些水样废物施加压力，使其进入血液循环系统。

[ˌaɪ 'tiː] [ðen] [kæn; kən] [biː; bi] [kæst] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] [baɪ] [ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] ['ʌðər] ['ɔrgənz] .

It	then	can	be	cast	out	of	the	body	by	the	lungs	and	other	organs	.
它	然后	能	是	投掷	出去	的	这	身体	经过	这	肺	和	其他	器官	.

然后，它可以通过肺和其他器官排出体外。

[wʌn] ['riːz(ə)n] [waɪ] [wiː; wi] [fiːl] [soʊ] [gʊd] ['æftər] ['eksərsaɪz] [ɪz] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðə; ði] ['pɔɪzənəs] [weɪst]

One	reason	why	we	feel	so	good	after	exercise	is	because	the	poisonous	waste
一	原因	为什么	我们	感觉	所以	好的	后	锻炼	是	因为	这	有毒	浪费

[hæz; həz] [bɪn] ['teɪkən] [ə'weɪ] .

has	been	taken	away	.
有	到过	已采取	离开	.

运动后我们感觉良好的一个原因是体内的有害废物被排出体外了。

[noʊ] [wʌn] [kæn; kən] [rɪ'meɪn] [wel] ['veri] [lɔːŋ] [wɪ'ðaʊt] ['teɪkɪŋ] ['eksərsaɪz] .

No	one	can	remain	well	very	long	without	taking	exercise	.
不	一	能	保持	出色地	非常	长的	没有	采取	锻炼	.

不运动，人不可能长期保持健康。

['tʃɪldrən] [æz; əz] [wel] [æz; əz] ['oʊldər] ['pɝːsənz] [ʃʊd; ʃəd] [ɪn'dʒɔɪ] [wʌn] [ɔːr] [tuː] ['aʊərz] [ʌv; əv] ['aʊtdɔːr] [pleɪ]

Children	as	well	as	older	persons	should	enjoy	one	or	two	hours	of	outdoor	play
孩子们	作为	出色地	作为	老	人	应该	享受	一	或者	二	小时	的	户外的	玩

['evri] [deɪ] .

every	day	.
每一个	天	.

儿童和老年人每天都应该享受一到两个小时的户外玩耍时间。

[fɪg] . - — ['veriəs] [weɪz] [ʌv; əv] ['eksəsaɪzɪŋ] [ðə; ði] ['mʌslz] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] ['bɑːdi] [wel] .

Fig	.	85	—	Various	ways	of	exercising	the	muscles	to	keep	the	body	well	.
如图	.	-	—	各种各样的	方式	的	锻炼	这	肌肉	到	保持	这	身体	出色地	.

图 85 — 锻炼肌肉以保持身体健康的各种方法。

[haʊ] [tuː; tə]['eksərsaɪz][ðə; ði] ['mʌslz] . — ['aʊtdɔːr] [geɪmz] [gɪv] [ðə; ði][best][fɔːrm][ʌv; əv]['eksərsaɪz] .

How	to	exercise	the	Muscles	.	—	Outdoor	games	give	the	best	form	of	exercise	.
如何	到	锻炼	这	肌肉	.	—	户外的	游戏	给	这	最好的	形式	的	锻炼	.

如何锻炼肌肉——户外运动是最好的锻炼方式。

['tenɪs] , ['beɪsbɔːl] , ['krɪkɪt] , ['roʊɪŋ] , [ænd; ənd] ['swɪmɪŋ] [ɑːr; ər][spɔːrts] [wɪtʃ] [brɪŋ] ['nɪrli] [ɔːl]

Tennis	,	baseball	,	cricket	,	rowing	,	and	swimming	are	sports	which	bring	nearly	all
网球	,	棒球	,	蟋蟀	,	划船	,	和	游泳	是	运动的	哪个	带来	几乎	全部

[ðə; ði] ['mʌslz] ['ɪntuː][juːz] .

the	muscles	into	use	.
这	肌肉	进入	使用	.

网球、棒球、板球、赛艇和游泳等运动几乎需要用到所有肌肉。

['evri] [bɔɪ] [ænd; ənd][gɜːrl][ʃʊd; ʃəd] [lɜːrn] [tuː; tə] [swɪm] .

Every	boy	and	girl	should	learn	to	swim	.
每一个	男生	和	女孩	应该	学习	到	游泳	.

每个男孩女孩都应该学习游泳。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['deɪndʒərəs] [tuː; tə][goʊ] ['swɪmɪŋ]

It	is	dangerous	to	go	swimming
它	是	危险的	到	去	游泳

游泳很危险

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	146	]
[	页	-	]

[第146页]

[ə'loʊn] [ɔːr][tuː; tə] [swɪm] [ɪn] [diːp] ['wɔːtər] .

alone	or	to	swim	in	deep	water	.
独自的	或者	到	游泳	在	深的	水	.

独自一人或在深水中游泳。

[kræmp] [meɪ] [siːz] [ðə; ði] ['mʌslz] [æt; ət] ['eni] [taɪm] , [soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [lɪmz] ['kænɑːt][biː; bi] [muːvd] .

Cramp	may	seize	the	muscles	at	any	time	,	so	that	the	limbs	cannot	be	moved	.
抽筋	可能	抢占	这	肌肉	在	任何	时间	,	所以	那	这	四肢	不能	是	已搬	.

肌肉痉挛可能随时发生，导致四肢无法活动。

['hʌndrədz] [ʌv; əv] ['pɜːsənz] [ɑːr; ər] [draʊnd] ['evri] [jɪr] [baɪ] ['ventʃərɪŋ] [ɪn] [diːp] ['wɔːtər] .

Hundreds	of	persons	are	drowned	every	year	by	venturing	in	deep	water	.
数百	的	人	是	溺水	每一个	年	经过	冒险	在	深的	水	.

每年有数百人因冒险进入深水区而溺亡。

['teɪkɪŋ] [ker] [ʌv; əv][ðə; ði][jɑːrd][ænd; ənd] ['gɑːrdn] [ænd; ənd] ['helpɪŋ] [wɪð; wɪθ] ['ʌðər] [wɜːrk] [ə'baʊt] [ðə; ði]

Taking	care	of	the	yard	and	garden	and	helping	with	other	work	about	the
采取	关心	的	这	院子	和	花园	和	帮助	和	其他	工作	关于	这

[hoʊm] [ɪz][wʌn][ʌv; əv][ðə; ði][best] [weɪz] [ʌv; əv] ['getɪŋ] ['eksərsaɪz][ænd; ənd][æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] ['duːɪŋ]

home	is	one	of	the	best	ways	of	getting	exercise	and	at	the	same	time	doing
家	是	一	的	这	最好的	方式	的	获得	锻炼	和	在	这	相同的	时间	正在做

[sʌm; səm] [gʊd] .

some	good	.
一些	好的	.

照料院子和花园，以及帮忙做其他家务，是锻炼身体、同时做好事的最好方法之一。

['speʃ(ə)l] [kaɪndz][ʌv; əv]['eksərsaɪz] . — [ə; eɪ] [ruːm] [wɪð; wɪθ] [roʊps] , [swɪŋz] ,

Special	Kinds	of	Exercise	.	—	A	room	with	ropes	,	swings	,
特别的	种类	的	锻炼	.	—	一个	房间	和	绳索	,	摇摆	,

特殊类型的锻炼——一个装有绳索、秋千的房间，

[ænd; ənd] [mə'ʃiːnz] [ɪn][ˌaɪ 'tiː][fɔːr; fər]['eksərsaɪz][ɪz] [kɔːld] [ə; eɪ][dʒɪm'neɪziəm] .

and	machines	in	it	for	exercise	is	called	a	gymnasium	.
和	机器	在	它	为了	锻炼	是	称为	一个	健身房	.

里面装有健身器材的场所叫做体育馆。

['ʌndər] [ðə; ði][də'rekʃn; daɪ'rekʃn][ʌv; əv][ə; eɪ] ['ti:tʃər] [ðə; ði]['pju:p(ə)lz][kæn; kən][get] ['kwɪkli] [dʒʌst][ðə; ði]

Under	the	direction	of	a	teacher	the	pupils	can	get	quickly	just	the
在下面	这	方向	的	一个	老师	这	学生	能	得到	迅速地	只是	这

[raɪt] [kaɪnd][ʌv; əv]['eksərsaɪz][tu:; tə]['streŋ(k)θ(ə)n][ðə; ði] [wi:k] [pɑ:rts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di][ænd; ənd] [ki:p]

right	kind	of	exercise	to	strengthen	the	weak	parts	of	the	body	and	keep
正确的	种类	的	锻炼	到	加强	这	虚弱的	部分	的	这	身体	和	保持

['evri] ['ɔ:rgən][ɪn] [helθ] .

every	organ	in	health	.
每一个	器官	在	健康	.

在老师的指导下，学生们可以很快获得合适的锻炼方法，以增强身体的薄弱环节，并保持每个器官的健康。

[ðə; ði] ['mʌslz] ['ɒf(ə)n] [nɪ'glektɪd] [ɑ:r; ər] [ðoʊz] [ʌv; əv][ðə; ði] [tʃest] .

The	muscles	oftenest	neglected	are	those	of	the	chest	.
这	肌肉	最常	被忽视的	是	那些	的	这	胸部	.

最常被忽视的肌肉是胸肌。

['evri] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [ki:p] [hɪz; ɪz] [tʃest] [fʊl] [ænd; ənd] [raʊnd] [baɪ] ['swɪŋɪŋ] [ðə; ði][ɑ:rmz][ænd; ənd]

Every	one	should	keep	his	chest	full	and	round	by	swinging	the	arms	and
每一个	一	应该	保持	他的	胸部	满的	和	圆形的	经过	摇摆	这	武器	和

['præktɪsɪŋ] [di:p] ['bri:ðɪŋ] ['evri] [deɪ] .

practicing	deep	breathing	every	day	.
练习	深的	呼吸	每一个	天	.

每个人都应该每天通过摆动双臂和练习深呼吸来保持胸部饱满圆润。

['deɪndʒər][frʌm; frəm] [tu:] [mʌtʃ] ['eksərsaɪz] . — ['leɪtli] [ˌaɪ 'ti:][hæz; həz] [bɪn] ['lɜ:rnɪd] [ðæt] ['veri] ['vaɪələnt]

Danger	from	too	much	Exercise	.	—	Lately	it	has	been	learned	that	very	violent
危险	从	也	很多	锻炼	.	—	最近	它	有	到过	学习	那	非常	暴力

['eksərsaɪz][fɔ:r; fər] [mɔ:r] [ðæn; ðən][ə; eɪ] [fju:] ['mɪnɪts] ['ɔ:f(ə)n] ['indʒəz] [ðə; ði] [hɑ:rt] .

exercise	for	more	than	a	few	minutes	often	injures	the	heart	.
锻炼	为了	更多的	比	一个	很少	分钟	经常	受伤	这	心	.

运动过量带来的危险——最近人们发现，剧烈运动超过几分钟往往会损伤心脏。

[ðə; ði] ['rʌnɪŋ] [ʌv; əv] ['meni] ['reɪsɪz] [ʌn'tɪl] [ju:; jʊ][ɑ:r; ər][ɔ:l] [aʊt] [ʌv; əv] [breθ] [ɔ:r] [mʌtʃ] ['dʒʌmpɪŋ] [ʌv; əv]

The	running	of	many	races	until	you	are	all	out	of	breath	or	much	jumping	of
这	跑步	的	许多	种族	直到	你	是	全部	出去	的	气息	或者	很多	跳	的

[ðə; ði] [roʊp] [ɪz] ['laɪkli] [tu:; tə] [streɪn] [ðə; ði] [hɑ:rt] .

the	rope	is	likely	to	strain	the	heart	.
这	绳索	是	可能	到	拉紧	这	心	.

连续进行多场比赛直到气喘吁吁，或者进行大量的跳绳运动，都可能对心脏造成负担。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['ɔ:lweɪz] ['hɑ:rmf(ə)l][tu:; tə][ɜ:rdʒ][ðə; ði]['bɑ:di][ɑ:n] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [kəm'pli:tli] ['taɪərd] [aʊt] .

It	is	always	harmful	to	urge	the	body	on	until	it	is	completely	tired	out	.
它	是	总是	有害	到	敦促	这	身体	在	直到	它	是	完全地	疲劳的	出去	.

强迫身体过度劳累直至其完全疲惫，总是有害的。

['ælkəhɔ:l] [meɪks] [ðə; ði] ['mʌslz] [wi:k] . — [ɪn][ðə; ði] [jɪr] - [tu:] ['lɜ:rnɪd] [men] [ɪn] ['swɪtsərlənd]

Alcohol	makes	the	Muscles	Weak	.	—	In	the	year	1903	two	learned	men	in	Switzerland
酒精	制作	这	肌肉	虚弱的	.	—	在	这	年	-	二	学习	男人	在	瑞士

[spent] [mʌtʃ] [taɪm] [tu:; tə] [dɪ'tɜ:rmɪn] ['weðər] ['ælkəhɔ:l] [helpt] ['pɜ:sənz] [du:]

spent	much	time	to	determine	whether	alcohol	helped	persons	do
花费	很多	时间	到	决定	无论	酒精	帮助	人	做

酒精会使肌肉无力。——1903年，瑞士两位博学之士花费大量时间研究酒精是否会导致肌肉无力。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	147	]
[	页	-	]

[第147页]

[mɔ:r] [wɜ:rk] .

more	work	.
更多的	工作	.

更多工作。

[ðeɪ] [traɪd] [mɔːr] [ðæn; ðən] [tuː] ['hʌndrəd] [ɪk'sperɪmənts; ɪk'sperɪments; ɪk'sperəmənts; ɪk'sperəments][wɪð; wɪθ]

They	tried	more	than	two	hundred	experiments	with
他们	尝试	更多的	比	二	百	实验	和

[men][tuː; tə] [huːm] [ðeɪ] ['sʌmtaɪmz] [geɪv] [waɪn] [ænd; ənd] ['sʌmtaɪmz] [fuːd] ,

men	to	whom	they	sometimes	gave	wine	and	sometimes	food	,
男人	到	谁	他们	有时	给予	葡萄酒	和	有时	食物	,

他们进行了两百多项实验，受试者有时喝酒，有时吃食物。

[ænd; ənd] ['sʌmtaɪmz] [bəuθ][wɜːr; wər]['gɪv(ə)n] [tə'geðər] .

and	sometimes	both	were	given	together	.
和	有时	两个都	是	给定	一起	.

有时两者会一起给予。

[ðə; ði] [rɪ'zʌlts] [ʌv; əv] [ðiːz] [tests] [ʃoʊd] [ðæt] [wen] [waɪn] [wʌz; wəz]['gɪv(ə)n] [ə'loʊn] ,

The	results	of	these	tests	showed	that	when	wine	was	given	alone	,
这	结果	的	这些	测试	显示	那	什么时候	葡萄酒	曾是	给定	独自的	,

这些测试结果表明，当单独饮用葡萄酒时，

[ðə; ði]['mænz] [ə'bɪlətɪ] [tuː; tə][duː] [wɜːrk] [wʌz; wəz] [ɪn'kriːst] [fɔːr; fər][ə; eɪ] [ʃɔːrt] [taɪm] ,

the	man's	ability	to	do	work	was	increased	for	a	short	time	,
这	男人的	能力	到	做	工作	曾是	增加	为了	一个	短的	时间	,

该男子的工作能力在短时间内有所提高。

[bʌt; bət]['leɪtər][hiː; hi][kʊd; kəd][nɑːt][duː][soʊ] [mʌtʃ] [wɜːrk] [æz; əz] [wen] [hiː; hi][hæd; həd]['teɪkən][noʊ] [waɪn] .

but	later	he	could	not	do	so	much	work	as	when	he	had	taken	no	wine	.
但	之后	他	可以	不是	做	所以	很多	工作	作为	什么时候	他	有	已采取	不	葡萄酒	.

但后来他无法像没喝酒时那样完成那么多工作了。

[wen] [ðə; ði][mæn] [tʊk] [bəuθ] [fuːd] [ænd; ənd] [waɪn] ,

When	the	man	took	both	food	and	wine	,
什么时候	这	男人	采取	两个都	食物	和	葡萄酒	,

当那人同时拿了食物和酒时，

[hiː; hi][kʊd; kəd][duː]['oʊnli] [ə'baʊt] [naɪn] [tenθs] [æz; əz] [mʌtʃ] [wɜːrk] [æz; əz] [wen] [hiː; hi] [tʊk] [fuːd] [ə'loʊn]

he	could	do	only	about	nine	tenths	as	much	work	as	when	he	took	food	alone
他	可以	做	仅有的	关于	九	十分之一	作为	很多	工作	作为	什么时候	他	采取	食物	独自的

.

:

.

他现在只能完成独自带食物时大约十分之九的工作量。

[ðə; ði][moʊst] ['kerf(ə)l] [tests] [baɪ] ['ʌðər] ['pɜːsənz] [ʃoʊ] [ðæt] ['wɪskɪ] [wɪl] [nɑːt] [help] [ə; eɪ][mæn][duː] [mɔːr]

The	most	careful	tests	by	other	persons	show	that	whisky	will	not	help	a	man	do	more
这	最多	小心	测试	经过	其他	人	展示	那	威士忌酒	将要	不是	帮助	一个	男人	做	更多的

[wɜːrk] ,

work	,
工作	,

其他人的最严谨的测试表明，威士忌并不能帮助男人提高工作效率。

[lɪft][ə; eɪ]['hevɪərðən'er] [weɪt] , [ɔːr] [ʃuːt] [streɪtər] .

lift	a	heavier	weight	,	or	shoot	straighter	.
举起	一个	较重	重量	, 或者		射击	更直	.

举起更重的重量，或者射得更准。

[ɪn][fækt]['lɪt(ə)l][ɔːr] [mʌtʃ] ['wɪskɪ] [meɪks] [hɪm; ɪm] [les] ['eɪb(ə)l][tuː; tə][duː] ['enɪ] [ʌv; əv] [ðiːz] [θɪŋz] .

In	fact	little	or	much	whisky	makes	him	less	able	to	do	any	of	these	things	.
在	事实	小的	或者	很多	威士忌酒	制作	他	较少的	有能力的	到	做	任何	的	这些	事物	.

事实上，威士忌喝多了或喝多了都会让他更难做到这些事情。

[bɪr] [meɪks] [ðə; ði] ['mʌslz] ['leɪzi] . — ['dɑːktər] ['pɑːrks] [ʌv; əv] ['nɛtli] [sɪ'kjʊrd] [tuː] [gæŋz] [ʌv; əv]

Beer	makes	the	Muscles	Lazy	.	—	Doctor	Parkes	of	Netley	secured	two	gangs	of
啤酒	制作	这	肌肉	懒惰的	.	—	医生	帕克斯	的	内特利	安全	二	帮派	的

['soʊldʒərz][tuː; tə][duː][ðə; ði] [seɪm] [kaɪnd][ʌv; əv][wɜːrk] .

soldiers	to	do	the	same	kind	of	work	.
士兵	到	做	这	相同的	种类	的	工作	.

啤酒使肌肉懒惰。——内特利的帕克斯医生雇佣了两队士兵去做同一种工作。

[hiː; hi] [ə'laʊd] [ðə; ði][fɜːrst] [gæŋ] [tuː; tə] [drɪŋk] [sʌm; səm] [bɪr] ,

He	allowed	the	first	gang	to	drink	some	beer	,
他	允许	这	第一的	帮派	到	喝	一些	啤酒	,

他允许第一批人喝了些啤酒，

[bʌt; bət][ðə; ði] ['sekənd] [gæŋ] [wɜːr; wər][nɑːt] [ə'laʊd] [tuː; tə][hæv; həv] ['eni] .

but	the	second	gang	were	not	allowed	to	have	any	.
但	这	第二	帮派	是	不是	允许	到	有	任何	.

但第二伙人却不被允许拥有任何东西。

['dʊrɪŋ] [ðə; ði][fɜːrst] ['aʊər] [ðə; ði] [bɪr] [gæŋ] [dɪd][ðə; ði][moʊst][wɜːrk] ,

During	the	first	hour	the	beer	gang	did	the	most	work	,
期间	这	第一的	小时	这	啤酒	帮派	做过	这	最多	工作	,

第一个小时，啤酒组的工作量最大。

[bʌt; bət]['æftər] [ðæt] [ðə; ði] ['tempərəns] [gæŋ] [dɪd][fɑːr] [mɔːr] [wɜːrk] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði][ɪn'taɪər] [deɪ] .

but	after	that	the	temperance	gang	did	far	more	work	during	the	entire	day	.
但	后	那	这	节制	帮派	做过	远的	更多的	工作	期间	这	全部的	天	.

但在那之后，禁酒小组在一天中做了更多的工作。

[ðə; ði][nekst] [wiːk] [bɪr] [wʌz; wəz][rɪ'fjuːzd; 'refjuːs][ðə; ði][fɜːrst] [gæŋ] [ænd; ənd]['gɪv(ə)n][tuː; tə][ðə; ði] ['sekənd]

The	next	week	beer	was	refused	the	first	gang	and	given	to	the	second
这	下一个	星期	啤酒	曾是	拒绝	这	第一的	帮派	和	给定	到	这	第二

.

:

.

接下来的一周，第一批帮派成员被拒绝提供啤酒，而第二批成员则获得了啤酒。

[ðə; ði] [bɪr] [helpt] [ðə; ði] ['sekənd] [gæŋ] [duː] [mɔːr] [wɜːrk][ðæn; ðən][ðə; ði][fɜːrst][wʌn][fɔːr; fər] ['nɪrli] [tuː]

The	beer	helped	the	second	gang	do	more	work	than	the	first	one	for	nearly	two
这	啤酒	帮助	这	第二	帮派	做	更多的	工作	比	这	第一的	一	为了	几乎	二

['aʊərz] ,

hours	,
小时	,

啤酒帮助第二组工人在近两个小时内比第一组工人完成了更多的工作。

[bʌt; bət]['æftər] [ðæt] [ðeɪ] [dɪd] [mʌtʃ] [les] [ðæn; ðən][ðə; ði][fɜːrst] [gæŋ] .

but	after	that	they	did	much	less	than	the	first	gang	.
但	后	那	他们	做过	很多	较少的	比	这	第一的	帮派	.

但之后他们的所作所为远不如第一批团伙。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	148	]
[	页	-	]

[第148页]

[ðɪs] [ʃoʊz] [ðæt] [men] [huː] [wɪʃ] [tuː; tə][duː][ðer; ðər][best] [wɜːrk] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði][ɪn'taɪər] [deɪ] [ʃʊd; ʃəd]

This	shows	that	men	who	wish	to	do	their	best	work	during	the	entire	day	should
这	演出	那	男人	WHO	希望	到	做	他们的	最好的	工作	期间	这	全部的	天	应该

[nɑːt][juːz] [bɪr] .

not	use	beer	.
不是	使用	啤酒	.

这表明，想要全天保持最佳工作状态的男性不应该喝啤酒。

[tə'bækoʊ][ænd; ənd][ðə; ði] ['mʌslz] . — ['meni] [ɪk'sperɪmənts; ɪk'sperɪments; ɪk'sperəmənts; ɪk'sperəments]

Tobacco	**and**	**the**	**Muscles**	**.**	**—**	**Many**	**experiments**
烟草	和	这	肌肉	.	—	许多	实验

[ænd; ənd] ['stʌdiz] [hæv; həv] [ʃoʊn] [ðæt] [ðə; ði]['bɑːdi] ['kænɑːt] [duː][ɪts] [best] [wɜːrk] [wen] ['iːv(ə)n] ['veri]

and	**studies**	**have**	**shown**	**that**	**the**	**body**	**cannot**	**do**	**its**	**best**	**work**	**when**	**even**	**very**
和	研究	有	所示	那	这	身体	不能	做	它是	最好的	工作	什么时候	甚至	非常

[smɔːl] [ə'maʊnts] [ʌv; əv] ['pɔɪzn] [ɑːr; ər]['teɪkən] [deɪ] ['æftər] [deɪ] .

small	**amounts**	**of**	**poison**	**are**	**taken**	**day**	**after**	**day**	**.**
小的	金额	的	毒	是	已采取	天	后	天	.

烟草与肌肉——许多实验和研究表明，即使每天摄入极少量的毒物，身体也无法发挥最佳功能。

[ðə; ði] ['pɔɪzn] [ɪn][tə'bækoʊ][ɪz] [bi'liːvd] [tuː; tə] ['wiːkən] [ðə; ði] ['mʌslz] [soʊ] [mʌtʃ] [ðæt] [noʊ][mæn][ɑːn]

The	**poison**	**in**	**tobacco**	**is**	**believed**	**to**	**weaken**	**the**	**muscles**	**so**	**much**	**that**	**no**	**man**	**on**
这	毒	在	烟草	是	相信	到	削弱	这	肌肉	所以	很多	那	不	男人	在

[ə; eɪ] ['fʊtbɔːl] [tiːm] [ɪn] ['eni] [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr][lɑːrdʒ] ['kɑːlɪdʒɪz] [ɔːr][juːnɪ'vɜː(r)sətiz][ɪz] [ə'laʊd] [tuː; tə] [smoʊk]

a	**football**	**team**	**in**	**any**	**of**	**our**	**large**	**colleges**	**or**	**universities**	**is**	**allowed**	**to**	**smoke**
一个	足球	团队	在	任何	的	我们的	大的	大学	或者	大学	是	允许	到	抽烟

[ɔːr] [tʃuː] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði] ['siːz(ə)n] .

or	**chew**	**during**	**the**	**season**	**.**
或者	嚼	期间	这	季节	.

人们认为烟草中的毒素会严重削弱肌肉，因此，在我们任何一所大型学院或大学的足球队中，都不允许任何队员在赛季期间吸烟或嚼烟。

['pɜːrsənz] ['treɪnɪŋ] [fɔːr; fər] ['eni] ['kɑːntest] [wer] [mʌtʃ] [streŋθ] [ɪz][rɪ'kwaɪərd][duː][nɑːt][juːz][tə'bækoʊ][ɪn]

Persons	**training**	**for**	**any**	**contest**	**where**	**much**	**strength**	**is**	**required**	**do**	**not**	**use**	**tobacco**	**in**
人	训练	为了	任何	竞赛	在哪里	很多	力量	是	必需的	做	不是	使用	烟草	在

['eni] [fɔːrm] .

any	**form**	**.**
任何	形式	.

参加任何需要大量力量的比赛的训练人员，不得使用任何形式的烟草。

[tə'bækoʊ][prɪ'vents, priː'vents] [groʊθ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['mʌslz] . — [ðə; ði] ['mɑːdərət] [juːz][ʌv; əv][tə'bækoʊ][baɪ]

Tobacco	**prevents**	**Growth**	**of**	**the**	**Muscles**	**.**	**—**	**The**	**moderate**	**use**	**of**	**tobacco**	**by**
烟草	阻止	生长	的	这	肌肉	.	—	这	缓和	使用	的	烟草	经过

[men] [hæz; həz][bʌt; bət]['lɪt(ə)l] [ɪ'fekt] [ɑːn][ðə; ði] ['mʌslz] .

men	**has**	**but**	**little**	**effect**	**on**	**the**	**muscles**	**.**
男人	有	但	小的	影响	在	这	肌肉	.

烟草会抑制肌肉生长。——男性适量使用烟草对肌肉的影响很小。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [kɔːz] [ðem; ðəm][tuː; tə]['taɪər][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [mɔːr] ['iːzəli] [wen] ['duːɪŋ] ['veri] [hɑːrd] [wɜːrk] .

It	**may**	**cause**	**them**	**to**	**tire**	**a**	**little**	**more**	**easily**	**when**	**doing**	**very**	**hard**	**work**	**.**
它	可能	原因	他们	到	胎	一个	小的	更多的	容易地	什么时候	正在做	非常	难的	工作	.

这可能会导致他们在进行非常繁重的工作时更容易感到疲劳。

[tə'bækoʊ] ['pɔɪzn] [dʌz] , [haʊ'evər] , [ʃoʊ] [ə; eɪ] [mɑːrkt] [ɪ'fekt] [ɑːn][ðə; ði] ['mʌslz] [ʌv; əv][ðə; ði] [jʌŋ]

Tobacco	**poison**	**does**	**,**	**however**	**,**	**show**	**a**	**marked**	**effect**	**on**	**the**	**muscles**	**of**	**the**	**young**
烟草	毒	做	,	然而	,	展示	一个	标记	影响	在	这	肌肉	的	这	年轻的

.

:

.

然而，烟草毒素确实会对年轻人的肌肉产生明显的影响。

['veri] ['kerf(ə)l] ['meʒərmənts] [meɪd] [æt; ət][wʌn][ʌv; əv][ðə; ði][lɑːrdʒ][juːnɪ'vɜː(r)sətiz] [ʃoʊd] [ðæt] [ðə; ði]
Very careful measurements made at one of the large universities showed that the
非常 小心 测量 制成 在 一 的 这 大的 大学 显示 那 这
[bɔɪz] [huː] [dɪd][nɑːt] [smoʊk] [gruː] [wʌn] [tenθ] [mɔːr] [ɪn] [weɪt] [ænd; ənd][wʌn] [fɔːrθ] [mɔːr] [ɪn] [haɪt]
boys who did not smoke grew one tenth more in weight and one fourth more in height
男孩们 WHO 做过 不是 抽烟 生长 一 第十 更多的 在 重量 和 一 第四 更多的 在 高度
[ðæn; ðən] [ðoʊz] ['juːzɪŋ] [tə'bækoʊ] ['regjələrli] .
than those using tobacco regularly .
比 那些 使用 烟草 经常 .

一所大型大学进行的非常仔细的测量表明，不吸烟的男孩比经常吸烟的男孩体重多增长十分之一，身高多增长四分之一。

[ðɪs] [sloʊ] [groʊθ] [ɪn][tə'bækoʊ] ['jʊzər] [ɪz] ['pɑːrtli] [duː] [tuː; tə][ðə; ði][fækt] [ðæt] [tə'bækoʊ] [meɪks] [ðə; ði]
This slow growth in tobacco users is partly due to the fact that tobacco makes the
这 慢的 生长 在 烟草 用户 是 部分 到期的 到 这 事实 那 烟草 制作 这
['mʌslz] [ɪn][ðə; ði] [wɔːlz] [ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] [skwiːz] [tə'geðər] [soʊ][æz; əz][tuː; tə] [ʃʌt] [ɔːf]
muscles in the walls of the blood vessels squeeze together so as to shut off
肌肉 在 这 墙壁 的 这 血 船只 挤 一起 所以 作为 到 关闭 离开
[sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] [frʌm; frəm][ðə; ði][legz] ,
some of the blood from the legs ,
一些 的 这 血 从 这 腿 ,

烟草使用者数量增长缓慢的部分原因是，烟草会导致血管壁肌肉收缩，从而阻断部分腿部血液供应。

[ɑːrmz] , [ænd; ənd] ['ʌðər] [pɑːrts] , [soʊ] [ðæt] [ðeɪ] [get] [tuː] ['lɪt(ə)l] [fuːd] .
arms , and other parts , so that they get too little food .
武器 , 和 其他 部分 , 所以 那 他们 得到 也 小的 食物 .

手臂和其他部位，导致它们得不到足够的食物。

[tə'bækoʊ] [meɪ] ['ɔːlsoʊ] [kɔːz] [les] [fuːd] [tuː; tə][biː; bi][daɪ'dʒestid][fɔːr; fər][ðə; ði][juːz][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .
Tobacco may also cause less food to be digested for the use of the body .
烟草 可能 还 原因 较少的 食物 到 是 消化 为了 这 使用 的 这 身体 .

烟草也可能导致身体消化吸收的食物减少。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 149]
[页 -]

[第149页]

['tʃæptər] ['eks 'eks]
CHAPTER XX
章 xx

第二十章

[haʊ] [ðə; ði] ['bɑːdi] [ɪz] ['gʌvənd]
HOW THE BODY IS GOVERNED
如何 这 身体 是 受统治

身体是如何运作的

['meɪkɪŋ] [ðə; ði][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] [wɜːrk] . — [iːtʃ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['hʌndrədz] [ʌv; əv] ['ɔrgənz] [ɪn][ðə; ði]
Making the Parts of the Body Work . — Each of the hundreds of organs in the
制作 这 部分 的 这 身体 工作 . — 每个 的 这 数百 的 器官 在 这
['bɑːdi][hæz; həz][ə; eɪ]['sɜːrt(ə)n][wɜːrk][tuː; tə][duː][ænd; ənd] [ðɪs] [mʌst; məst][biː; bi] [dʌn] [æt; ət][ðə; ði] [raɪt]
body has a certain work to do and this must be done at the right
身体 有 一个 肯定 工作 到 做 和 这 必须 是 完毕 在 这 正确的
[taɪm] .
time .
时间 .

使身体各部分正常运作——人体数百个器官各司其职，必须在正确的时间完成特定的工作。

[ɪn]['ɔːrdər] [ðæt] [ɔːl] [meɪ] [wɜːrk] [tə'geðər] [ænd; ənd] [iːtʃ] [wʌn][duː][ɪts][pɑːrt] [wen] ['niːdɪd] ,

In	order	that	all	may	work	together	and	each	one	do	its	part	when	needed	,
在	命令	那	全部	可能	工作	一起	和	每个	一	做	它是	部分	什么时候	需要	,

为了让所有人都能齐心协力，并在需要时各尽其责，

[ðer; ðər][ɪz][ə; eɪ] [tʃiːf] ['mænɪdʒər] [kɔːld] [ðə; ði][breɪn][ænd; ənd][ə; eɪ] ['helpɪŋ] ['mænɪdʒər] [neɪmd] [ðə; ði]

there	is	a	chief	manager	called	the	brain	and	a	helping	manager	named	the
那里	是	一个	首席	经理	称为	这	脑	和	一个	帮助	经理	命名	这

['spaɪn(ə)l][kɔːrd] .

spinal	cord	.
脊	绳索	.

人体有一个总管理者，叫做大脑；还有一个辅助管理者，叫做脊髓。

['mɪljənz] [ʌv; əv]['taɪni] [θredz] [fɔːr; fər] ['sendɪŋ] ['mɛsədʒəz, 'mɛsɪdʒɪz] [kə'nekt] [ðə; ði] [tuː]

Millions	of	tiny	threads	for	sending	messages	connect	the	two
百万	的	微小的	线程	为了	发送	消息	连接	这	二

['mænədʒɝz, 'mænɪdʒɝz][wɪð; wɪθ] ['evri] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

managers	with	every	part	of	the	body	.
经理	和	每一个	部分	的	这	身体	.

数百万条用于发送信息的细小线将两位管理者与身体的各个部位连接起来。

[ðiːz] [θredz] [fɔːrm][ðə; ði] [nəːvs] .

These	threads	form	the	nerves	.
这些	线程	形式	这	神经	.

这些细丝构成了神经。

[ðə; ði][breɪn] . — [ðə; ði][breɪn][ɪz][ə; eɪ][sɔːft] [bʌntʃ] [ʌv; əv] ['mætər] ['fɪlɪŋ] [ðə; ði][ˌɪn'saɪd][ʌv; əv][ðə; ði] [skʌl] .

The	Brain	.	—	The	brain	is	a	soft	bunch	of	matter	filling	the	inside	of	the	skull	.
这	脑	.	—	这	脑	是	一个	柔软的	束	的	事情	填充	这	里面	的	这	颅骨	.

大脑——大脑是一团柔软的物质，填充在颅骨内部。

[ðə; ði][boʊnz][ʌv; əv][ðə; ði] [skʌl] [ɑːr; ər][ə; eɪ]['kwɔːrtər][ʌv; əv][æn; ən] [ɪntʃ] [θɪk] [ænd; ənd] [prɪ'vent] ['eni]

The	bones	of	the	skull	are	a	quarter	of	an	inch	thick	and	prevent	any
这	骨头	的	这	颅骨	是	一个	四分之一	的	一个	英寸	厚的	和	防止	任何

['kɑːmən] [nɔks] [frʌm; frəm] ['hɜːrtɪŋ] [ðə; ði][breɪn] .

common	knocks	from	hurting	the	brain	.
常见的	敲门声	从	受伤	这	脑	.

头骨厚度为四分之一英寸，可以防止常见的碰撞伤及大脑。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [sə'raʊndɪd] [baɪ] [θriː] ['kʌvɝɪŋz] [wɪtʃ] ['ɔːlsoʊ][help] [ʃiːld] [ˌaɪ 'tiː][frʌm; frəm]['ɪndʒəri] .

It	is	surrounded	by	three	coverings	which	also	help	shield	it	from	injury	.
它	是	包围	经过	三	覆盖物	哪个	还	帮助	盾	它	从	受伤	.

它周围有三层覆盖物，这些覆盖物也有助于保护它免受伤害。

[ðə; ði] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði][breɪn][ɪz] ['veri] [ʌn'iːv(ə)n] .

The	surface	of	the	brain	is	very	uneven	.
这	表面	的	这	脑	是	非常	不均匀	.

大脑表面非常不平整。

[ðer; ðər][ɑːr; ər][ə; eɪ] [greɪt] ['meni] [foʊldz] ['sepəreɪtɪd] [baɪ] [gruːvz] .

There	are	a	great	many	folds	separated	by	grooves	.
那里	是	一个	伟大的	许多	折叠	分开	经过	凹槽	.

上面有很多褶皱，褶皱之间有凹槽隔开。

[sʌm; səm][ʌv; əv] [ðiːz] [ɑːr; ər] [mɔːr] [ðæn; ðən][æn; ən] [ɪntʃ] [diːp] .

Some	of	these	are	more	than	an	inch	deep	.
一些	的	这些	是	更多的	比	一个	英寸	深的	.

有些深度超过一英寸。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] ['ʌndər] [saɪd] [ʌv; əv] [ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['spaɪn(ə)l] [kɔːrd] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [tʃiːf] [nəːvs]

86	—	The	under	side	of	the	brain	and	the	spinal	cord	with	the	chief	nerves
-	—	这	在下面	边	的	这	脑	和	这	脊	绳索	和	这	首席	神经

[ʌv; əv] [wʌn] [saɪd] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] [vjuːd] [frʌm; frəm] [ɪn] [frʌnt] .

of	one	side	of	the	body	viewed	from	in	front	.
的	一	边	的	这	身体	已查看	从	在	正面	.

86 —从前面看到的脑和脊髓的底部以及身体一侧的主要神经。

[pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] [breɪn] . — [ðə; ði] [breɪn] [ɪz] [dɪ'vaɪdɪd] ['ɪntuː] [θriː] [tʃiːf] [pɑːrts] .

Parts	of	the	Brain	.	—	The	brain	is	divided	into	three	chief	parts	.
部分	的	这	脑	.	—	这	脑	是	分割	进入	三	首席	部分	.

大脑的组成部分——大脑分为三个主要部分。

[ðə; ði] ['ʌpər] [ænd; ənd] ['lɑːrdʒər] [pɑːrt] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði]

The	upper	and	larger	part	is	called	the
这	上	和	更大的	部分	是	称为	这

上部较大的部分称为

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	150	]
[	页	-	]

[第150页]

[bɪg] [breɪn] [ɔːr] [sə'riːbrəmˌ'serəbrəm] .

big	brain	or	cerebrum	.
大的	脑	或者	大脑	.

大脑或大脑皮层。

[ðə; ði] ['loʊər] [pɑːrt] [bɪ'haɪnd] [ɪz] [ðə; ði] ['lɪt(ə)l] [breɪn] [ɔːr] [ˌserə'beləm] .

The	lower	part	behind	is	the	little	brain	or	cerebellum	.
这	降低	部分	在后面	是	这	小的	脑	或者	小脑	.

后下方的部分是小脑。

[ðə; ði] [pɑːrt] ['ʌndər] [ðə; ði] ['lɪt(ə)l] [breɪn] [ænd; ənd] [raʊnd] [laɪk] [ðə; ði] [θʌm] [ɪz] [ðə; ði] [stem] [ʌv; əv] [ðə; ði]

The	part	under	the	little	brain	and	round	like	the	thumb	is	the	stem	of	the
这	部分	在下面	这	小的	脑	和	圆形的	喜欢	这	拇指	是	这	干	的	这

[breɪn] .

brain	.
脑	.

位于小脑下方、形状像拇指的圆形部分是脑干。

[ˌaɪ 'tiː] [kə'nekts] [ðə; ði] ['lɑːrdʒər] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] [breɪn] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['spaɪn(ə)l] [kɔːrd] .

It	connects	the	larger	parts	of	the	brain	with	the	spinal	cord	.
它	连接	这	更大的	部分	的	这	脑	和	这	脊	绳索	.

它连接大脑的大部分区域和脊髓。

[ðə; ði] [bɪg] [breɪn] [ɪz] ['pɑːrtli] ['sepəreɪtɪd] ['ɪntuː] [hævz] [baɪ] [ə; eɪ] [diːp] [kʌt] [kɔːld] [ə; eɪ] ['fɪʃər] .

The	big	brain	is	partly	separated	into	halves	by	a	deep	cut	called	a	fissure	.
这	大的	脑	是	部分	分开	进入	一半	经过	一个	深的	切	称为	一个	裂缝	.

大脑被一条称为裂隙的深切口部分地分成两半。

[iːtʃ] [hæf] [ɪz] [ə; eɪ] ['hemɪsfɪr] .

Each	half	is	a	hemisphere	.
每个	一半	是	一个	半球	.

每一半都是一个半球。

[ðə; ði] ['aʊtər] ['leɪər] [ʌv; əv] [ðə; ði] [breɪn] [ɪz] [greɪ] .

The	outer	layer	of	the	brain	is	gray	.
这	外	层	的	这	脑	是	灰色的	.

大脑外层呈灰色。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [ʌv; əv] ['mɪljənz] [ʌv; əv]['taɪni] [lʌmps] [ʌv; əv] ['mætər] [wɪtʃ] [ɑːr; ər][ðə; ði] ['bɑːdɪz] [ʌv; əv] [nɜːrv]

It	is	made	of	millions	of	tiny	lumps	of	matter	which	are	the	bodies	of	nerve
它	是	制成	的	百万	的	微小的	肿块	的	事情	哪个	是	这	身体	的	神经

['sɛlz] .

cells	.
细胞	.

它由数百万个微小的物质团块组成，这些物质团块是神经细胞的细胞体。

[ðiːz] [ɑːr; ər] [kə'nektɪd] [baɪ] [θredz] [mʌtʃ] ['faɪnər][ðæn; ðən] [her] [wɪð; wɪθ] ['ʌðər] [pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]

These	are	connected	by	threads	much	finer	than	hairs	with	other	parts	of	the
这些	是	连接	经过	线程	很多	更精细	比	头发	和	其他	部分	的	这

[breɪn] [ænd; ənd]['spaɪn(ə)l][kɔːrd] .

brain	and	spinal	cord	.
脑	和	脊	绳索	.

它们通过比头发丝还要细得多的纤维与其他脑部和脊髓部分相连。

['oʊvər] [ðiːz] [θredz] [kɔːld] [nɜːrv] ['faɪbɚz][wʌn] [sel] [kæn; kən] [tɔːk] [tuː; tə] [ə'nʌðər] ['sʌmwʌt] [æz; əz]

Over	these	threads	called	nerve	fibers	one	cell	can	talk	to	another	somewhat	as
超过	这些	线程	称为	神经	纤维	一	细胞	能	讲话	到	其他	有些	作为

[wiː; wi] [tɔːk] ['oʊvər][ə; eɪ] ['telɪfoʊn] ['waɪər] .

we	talk	over	a	telephone	wire	.
我们	讲话	超过	一个	电话	金属丝	.

通过这些被称为神经纤维的细丝，一个细胞可以像我们通过电话线交谈一样与另一个细胞进行交流。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [saɪd] [ʌv; əv][ðə; ði] [skʌl] [kʌt] [ə'weɪ] [tuː; tə] [ʃoʊ] [ðə; ði] [breɪn] .

87	—	Side	of	the	skull	cut	away	to	show	the	brain	.
-	—	边	的	这	颅骨	切	离开	到	展示	这	脑	.

87 —颅骨侧面切开，露出大脑。

[biː] , ['bækboʊn] .

B	,	backbone	.
B	,	骨干	.

B，主干。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	151	]
[	页	-	]

[第151页]

[ðə; ði]['spaɪn(ə)l][kɔːrd] . — [ðɪs] [ɪz][ə; eɪ]['bʌnd(ə)l][ʌv; əv] [nɜːrv] ['mætər] [ə'baʊt] [æz; əz] [θɪk] [æz; əz][jʊr; jər]

The	Spinal	Cord	.	—	This	is	a	bundle	of	nerve	matter	about	as	thick	as	your
这	脊	绳索	.	—	这	是	一个	捆	的	神经	事情	关于	作为	厚的	作为	你的

['fɪŋgər] .

finger	.
手指	.

脊髓——这是一束神经组织，大约和你的手指一样粗。

[ˌaɪ 'tiː][ɪk'stendz; ek'stendz][frʌm; frəm][ðə; ði] [stem] [ʌv; əv][ðə; ði] [breɪn] [daʊn] [ðə; ði][kə'næl][ɪn][ðə; ði] ['bækboʊn]

It	extends	from	the	stem	of	the	brain	down	the	canal	in	the	backbone
它	扩展	从	这	干	的	这	脑	向下	这	运河	在	这	骨干

.

:
.

它从大脑的根部向下延伸到脊柱的椎管。

[ðə; ði] ['aʊtər] ['leɪər] [ʌv; əv][ðə; ði]['spaɪn(ə)l][kɔːrd][ɪz] [waɪt] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [ʌv; əv][ðə; ði]['taɪni]

The	outer	layer	of	the	spinal	cord	is	white	because	it	is	made	of	the	tiny
这	外	层	的	这	脊	绳索	是	白色的	因为	它	是	制成	的	这	微小的

[θredz] ,

threads	,
线程	,

脊髓外层呈白色，因为它是由细小的纤维组成。

[nɜːrv] ['faɪbɝz] .

nerve	fibers	.
神经	纤维	.

神经纤维。

[ðə; ði] ['ɪnər] [pɑːrt][ɪz] [meɪd] [ʌv; əv][ðə; ði] ['bɑːdɪz] [ʌv; əv] [nɜːrv] ['sɛlz] [ænd; ənd] ['ðerfɔːr] [lʊks] [greɪ] .

The	inner	part	is	made	of	the	bodies	of	nerve	cells	and	therefore	looks	gray	.
这	内	部分	是	制成	的	这	身体	的	神经	细胞	和	所以	看起来	灰色的	.

内部由神经细胞体构成，因此看起来是灰色的。

[ðə; ði]['faɪbɝz][ɑːr; ər] ['bræntʃɪŋ] [θredz] [frʌm; frəm][ðə; ði] ['sɛlz] [ɪn][ðə; ði][kɔːrd][ænd; ənd][breɪn] .

The	fibers	are	branching	threads	from	the	cells	in	the	cord	and	brain	.
这	纤维	是	分枝	线程	从	这	细胞	在	这	绳索	和	脑	.

这些纤维是从脊髓和大脑细胞中分支出来的细丝。

[ðə; ði] ['mesɪdʒ] ['kæriərz] [ɔːr] [nɜːrv] ['faɪbɝz] . — [ɪn]['ɔːrdər] [ðæt] [ðə; ði]['mænədʒɝz, 'mænɪdʒɝz] [meɪ] [send]

The	Message	Carriers	or	Nerve	Fibers	.	—	In	order	that	the	managers	may	send
这	信息	承运人	或者	神经	纤维	.	—	在	命令	那	这	经理	可能	发送

['mɛsədʒəz, 'mɛsɪdʒɪz] , [ðiːz] [faɪn] [θredz] ,

messages	,	these	fine	threads	,
消息	,	这些	美好的	线程	,

信息载体或神经纤维——为了使管理者能够传递信息，这些细丝，

[ðə; ði] [nɜːrv] ['faɪbɝz] , [ɪk'stend][frʌm; frəm][ðem; ðəm][tuː; tə][ɔːl][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] .

the	nerve	fibers	,	extend	from	them	to	all	parts	of	the	body	.
这	神经	纤维	,	延长	从	他们	到	全部	部分	的	这	身体	.

神经纤维从它们延伸到身体的各个部位。

[ɪn] ['meni] ['pleɪsɪz][frʌm; frəm][faɪv][tuː; tə][faɪv] ['hʌndrəd] [ɔːr] [mɔːr] [ʌv; əv] [ðiːz] ['faɪbɝz][ɑːr; ər][juˈnaɪtɪd][ɪn]

In	many	places	from	five	to	five	hundred	or	more	of	these	fibers	are	united	in
在	许多	地方	从	五	到	五	百	或者	更多的	的	这些	纤维	是	团结的	在

[wʌn] [waɪt] [kɔːrd] [kɔːld] [ə; eɪ] [nɜːrv] .

one	white	cord	called	a	nerve	.
一	白色的	绳索	称为	一个	神经	.

在许多地方，五到五百根甚至更多的纤维汇聚成一条白色的索状物，称为神经。

[twelv] [perz] [ʌv; əv] [nəːvs] [ɑːr; ər][dʒɔɪnd][tuː; tə][ðə; ði] ['ʌndər] [saɪd][ʌv; əv][ðə; ði][breɪn] [ænd; ənd] ['θɜːrti] -

Twelve	pairs	of	nerves	are	joined	to	the	under	side	of	the	brain	and	thirty	-
十二	对	的	神经	是	加入	到	这	在下面	边	的	这	脑	和	三十	-

[wʌn] [perz] [ɑːr; ər] [kə'nektɪd] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['spaɪn(ə)l][kɔːrd] ([fɪg] . -) .

one	pairs	are	connected	with	the	spinal	cord	(	Fig	.	86	)	.
一	对	是	连接	和	这	脊	绳索	(	如图	.	-	)	.

十二对神经与大脑的下侧相连，三十一对神经与脊髓相连（图 86）。

[ðə; ði] [nəːvs] [ʌv; əv][ðə; ði][breɪn] [bræntʃ] [tuː; tə][ɔːl][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði] [hed] [ænd; ənd] [nek] ,

The	nerves	of	the	brain	branch	to	all	parts	of	the	head	and	neck	,
这	神经	的	这	脑	分支	到	全部	部分	的	这	头	和	脖子	,

大脑的神经分支遍布头部和颈部的各个部位。

[ænd; ənd][wʌn] [per] [goʊz] [daʊn] [tuː; tə][ðə; ði] [lʌŋz] , [hɑːrt] , [ænd; ənd] ['stʌmək] .

and	one	pair	goes	down	to	the	lungs	,	heart	,	and	stomach	.
和	一	一对	去	向下	到	这	肺	,	心	,	和	胃	.

其中一对神经向下通往肺、心脏和胃。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 152]
[页 -]

[第152页]

[ðə; ði] [nəːvs] [kəˈnektɪd] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['spaɪn(ə)l][kɔːrd] [bræntʃ] [tuː; tə] ['evri] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] ['mʌslz]
The nerves connected with the spinal cord branch to every part of the muscles
这 神经 连接 和 这 脊 绳索 分支 到 每一个 部分 的 这 肌肉
, [boʊnz] ,
, bones ,
, 骨头 ,

与脊髓相连的神经分支到肌肉、骨骼的各个部分，

[ænd; ənd] [skɪn] [ʌv; əv][ðə; ði][ɑːrmz] , [trʌŋk] , [ænd; ənd] [legz] .
and skin of the arms , trunk , and legs .
和 皮肤 的 这 武器 , 树干 , 和 腿 .

以及手臂、躯干和腿部的皮肤。

[haʊ] [ðə; ði] [nəːvs] [duː][ðer; ðər] [wɜːrk] . — [ɑːn][ə; eɪ] ['telɪfoʊn] ['waɪər][wiː; wi][kæn; kən] [send] [ə; eɪ]
How the Nerves do their Work . — On a telephone wire we can send a
如何 这 神经 做 他们的 工作 . — 在 一个 电话 金属丝 我们 能 发送 一个
['mesɪdʒ] [ɪn] ['iːðər] [dəˈrekʃn; daɪˈrekʃn] .
message in either direction .
信息 在 任何一个 方向 .

神经是如何工作的——通过电话线，我们可以双向发送信息。

[ə; eɪ] ['mesɪdʒ] [kæn; kən]['trævə(ə)l][ɑːn][ə; eɪ] [nɜːrv] [ɪn]['oʊnli][wʌn][dəˈrekʃn; daɪˈrekʃn] .
A message can travel on a nerve in only one direction .
一个 信息 能 旅行 在 一个 神经 在 仅有的 一 方向 .

信息只能沿着神经单向传递。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ðer; ðər][mʌst; məst][biː; bi] [tuː] [kaɪndz][ʌv; əv] [nəːvs] .
For this reason there must be two kinds of nerves .
为了 这 原因 那里 必须 是 二 种类 的 神经 .

因此，神经必然有两种类型。

[wʌn] [kaɪnd][ɪz] [kɔːld] ['sendɪŋ] [nəːvs] [bɪˈkəz, bɪˈkɔːz][ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd][kɔːrd] [send] ['ɔːrdərz]['oʊvər]
One kind is called sending nerves because the brain and cord send orders over
一 种类 是 称为 发送 神经 因为 这 脑 和 绳索 发送 订单 超过
[ðem; ðəm][tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] ['ɔrgənz] [ækt] .
them to make the organs act .
他们 到 制作 这 器官 行为 .

其中一种叫做传导神经，因为大脑和脊髓通过它们向器官发出指令，使器官活动。

[ðə; ði] ['ʌðər] [kaɪnd] ['kæriz] ['mɛsədʒəz, 'mɛsɪdʒɪz][tuː; tə][ðə; ði] [breɪn] [frʌm; frəm][ðə; ði] [aɪz] , [ɪrz] , [skɪn] ,
The other kind carries messages to the brain from the eyes , ears , skin ,
这 其他 种类 携带 消息 到 这 脑 从 这 眼睛 , 耳朵 , 皮肤 ,

另一种则将来自眼睛、耳朵、皮肤的信息传递到大脑。

[ɔːr] ['ʌðər] ['ɔrgənz] [ʌv; əv] [sens] , ['telɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [haʊ] [ðeɪ] [fiːl] .
or other organs of sense , telling it how they feel .
或者 其他 器官 的 感觉 , 讲述 它 如何 他们 感觉 .

或者其他感觉器官，告诉它它们的感受。

[ɑːn] [ðɪs] [əˈkaʊnt] [ðiːz] [ɑːr; ər] [neɪmd] [rɪˈsiːvɪŋ] [nəːvs] .
On this account these are named receiving nerves .
在 这 帐户 这些 是 命名 接收 神经 .

因此，它们被称为接收神经。

[wen] [wiː; wi] [wɪʃ] [tuː; tə] [kætʃ] [ə; eɪ] [bɔːl] ,
When we wish to catch a ball ,
什么时候 我们 希望 到 抓住 一个 球 ,

当我们想接球时，

[ðə; ði] [breɪn] [sendz] [æn; ən] ['ɔːrdər] [ə'lɔːŋ] [ðə; ði] [nɜːrv] [θredz] [daʊn] [ðə; ði] ['spaɪn(ə)l] [kɔːrd] [ænd; ənd] [aʊt]

the	brain	sends	an	order	along	the	nerve	threads	down	the	spinal	cord	and	out
这	脑	发送	一个	命令	沿着	这	神经	线程	向下	这	脊	绳索	和	出去

[θruː] [ðə; ði] [nəːvs] [ʌv; əv] [ðə; ði] [ɑːrm] [tuː; tə] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] [tuː; tə] [get] ['redi] [tuː; tə] [siːz] [ə; eɪ] [bɔːl] .

through	the	nerves	of	the	arm	to	the	fingers	to	get	ready	to	seize	a	ball	.
通过	这	神经	的	这	手臂	到	这	手指	到	得到	准备好	到	抢占	一个	球	.

大脑沿着脊髓发出指令，并通过手臂的神经传到手指，使手指做好接球的准备。

[ðə; ði] ['fɪŋgərz] [ɑːr; ər] [spred] [tuː; tə] [græsp] [ðə; ði] [bɔːl] ,

The	fingers	are	spread	to	grasp	the	ball	,
这	手指	是	传播	到	抓牢	这	球	,

手指张开抓住球，

[bʌt; bət] [ðeɪ] [duː] [nɑːt] [kloʊz] [ʌn'tɪl] [ə; eɪ] ['mesɪdʒ] [goʊz] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [skɪn] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['fɪŋgər] [tɪps]

but	they	do	not	close	until	a	message	goes	from	the	skin	of	the	finger	tips
但	他们	做	不是	关闭	直到	一个	信息	去	从	这	皮肤	的	这	手指	尖端

[tuː; tə] [ðə; ði] ['spaɪn(ə)l] [kɔːrd] ,

to	the	spinal	cord	,
到	这	脊	绳索	,

但是，只有当信息从指尖皮肤传递到脊髓时，它们才会关闭。

['telɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ðæt] [ðə; ði] [bɔːl] [ɪz] [ɪn] [ðə; ði] [hænd] .

telling	it	that	the	ball	is	in	the	hand	.
讲述	它	那	这	球	是	在	这	手	.

告诉它球在手里。

[ðə; ði] [wɜːrk] [ʌv; əv] [ðə; ði] [breɪn] . — [ðə; ði] [breɪn] [ɪz] [nɑːt] ['oʊnli] [ðə; ði] [tʃiːf] ['mænɪdʒər] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] ,

The	Work	of	the	Brain	.	—	The	brain	is	not	only	the	chief	manager	of	the	body	,
这	工作	的	这	脑	.	—	这	脑	是	不是	仅有的	这	首席	经理	的	这	身体	,

大脑的工作——大脑不仅是身体的主要管理者，

[bʌt; bət] [ðə; ði] [hoʊm] [ʌv; əv] [ðə; ði] [maɪnd] .

but	the	home	of	the	mind	.
但	这	家	的	这	头脑	.

但却是心灵的家园。

[ðə; ði] [maɪnd] [ækts] [θruː] [ðə; ði] [breɪn] .

The	mind	acts	through	the	brain	.
这	头脑	行为	通过	这	脑	.

思想通过大脑发挥作用。

[ðə; ði] [maɪnd] [rə'siːvz, rɪ'siːvz, riː'siːvz] [θruː] [ðə; ði] [breɪn] [wʌt] [ðə; ði] [aɪ] [siːz] , [ðə; ði] [ɪr] ['hiːrz] , [ðə; ði] [noʊz] [smelz] ,

The	mind	receives	through	the	brain	what	the	eye	sees	,	the	ear	hears	,	the	nose	smells	,
这	头脑	接收	通过	这	脑	什么	这	眼睛	看到	,	这	耳朵	听到	,	这	鼻子	气味	,

大脑接收眼睛所看到的、耳朵所听到的、鼻子所闻到的信息。

[ænd; ənd] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] [fiːl] .

and	the	fingers	feel	.
和	这	手指	感觉	.

手指感觉到了。

[ɔːl] [ðɪs] ['nɑːlɪdʒ] [ɪz] [stɔːrd] [ʌp] [ɪn] [ðə; ði] [maɪnd] [ænd; ənd] [kɔːld]

All	this	knowledge	is	stored	up	in	the	mind	and	called
全部	这	知识	是	存储	向上	在	这	头脑	和	称为

所有这些知识都储存在大脑中，被称为记忆。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	153	]
[	页	-	]

['meməri] .
memory .
记忆 .

记忆。

[ðiːz] [fækts][ænd; ənd] ['ʌðər] ['lɜːrnɪd] ['leɪtər][ɑːr; ər] [wɜːrkt] ['oʊvər][baɪ][ðə; ði][maɪnd] .
These facts and others learned later are worked over by the mind .
这些 事实 和 其他的 学习 之后 是 工作 超过 经过 这 头脑 .

这些事实以及后来了解到的其他事实都会被大脑反复思考和处理。

[ðɪs] [ɪz] [kɔːld] [θɔːt] .
This is called thought .
这 是 称为 想法 .

这叫做思考。

[ðə; ði][maɪnd] [ruːlz] [ænd; ənd] [bɪ'kʌmz] [gʊd] [ɔːr][bæd] [ə'kɔːrdɪŋ] [tuː; tə] ['weðər] [ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] [gʊd]
The mind rules and becomes good or bad according to whether it contains good
这 头脑 规则 和 变成 好的 或者 坏的 根据 到 无论 它 包含 好的
[θɔːts] [ɔːr][bæd] [θɔːts] .
thoughts or bad thoughts .
想法 或者 坏的 想法 .

人的思想决定了它是善是恶，取决于它里面是善的思想还是恶的思想。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [rɔːŋ] [tuː; tə] [riːd] [bʊks] [ænd; ənd] ['pepərz] [ə'baʊt] ['rɔbəriːz] [ænd; ənd] ['məːdəz] [ɔːr][tuː; tə]
It is wrong to read books and papers about robberies and murders or to
它 是 错误的 到 读 图书 和 文件 关于 抢劫 和 谋杀案 或者 到
[tel] [ɔːr][tuː; tə]['lɪs(ə)n][tuː; tə][bæd] ['stɔːriz] ,
tell or to listen to bad stories ,
告诉 或者 到 听 到 坏的 故事 ,

阅读有关抢劫和谋杀的书籍和报纸，或者讲述或听一些不好的故事，都是错误的。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ɪn] [ðɪs] [weɪ] ['iːv(ə)l] [θɔːts] [get]['ɪntuː][ðə; ði][maɪnd] .
because in this way evil thoughts get into the mind .
因为 在 这 方式 邪恶的 想法 得到 进入 这 头脑 .

因为邪念就是这样进入人们的脑海的。

[ðə; ði] [best] [weɪ] [ʌv; əv] ['kiːpɪŋ] ['bædnəs] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði][maɪnd][ɪz][tuː; tə] [fɪl] [ˌaɪ 'tiː][wɪð; wɪθ] ['gʊdnəs]
The best way of keeping badness out of the mind is to fill it with goodness
这 最好的 方式 的 保持 坏 出去 的 这 头脑 是 到 充满 它 和 善良
.
:
.

防止邪恶念头进入大脑的最好方法就是让大脑充满善良。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [sed] [ðæt] ['lɪŋkən] [wʌz; wəz][soʊ] ['bɪzi] ['θɪŋkɪŋ] [haʊ] [hiː; hi][kʊd; kəd] [help] ['ʌðər] [ðæt] [ðer; ðər]
It is said that Lincoln was so busy thinking how he could help others that there
它 是 说 那 林肯 曾是 所以 忙碌的 思维 如何 他 可以 帮助 其他的 那 那里
[wʌz; wəz][noʊ] [ruːm] [ɪn][hɪz; ɪz][maɪnd][fɔːr; fər][ə; eɪ][bæd] [θɔːt] .
was no room in his mind for a bad thought .
曾是 不 房间 在 他的 头脑 为了 一个 坏的 想法 .

据说林肯一心想着如何帮助他人，以至于他的脑海中根本没有空间产生任何邪恶的想法。

['duːɪŋ] [sʌm; səm] ['kaɪndnəs] ['evri] [deɪ] ['hɛlps] [mʌtʃ] [ɪn][ðə; ði] ['meɪkɪŋ] [ʌv; əv][ə; eɪ] [gʊd] [maɪnd] .
Doing some kindness every day helps much in the making of a good mind .
正在做 一些 仁慈 每一个 天 帮助 很多 在 这 制作 的 一个 好的 头脑 .

每天做些善事对培养良好的心灵大有裨益。

['hæbɪt] . — [ðə; ði] ['duːɪŋ] [ʌv; əv] ['eniθɪŋ] ['oʊvər][ænd; ənd]['oʊvər] [ə'gen] [ʌn'tɪl] [ðə; ði]['bɑːdi] [goʊz] [θruː]

Habit	.	—	The	doing	of	anything	over	and	over	again	until	the	body	goes	through
习惯	.	一	这	正在做	的	任何事物	超过	和	超过	再次	直到	这	身体	去	通过

[ðə; ði] [seɪm] ['məuʃənz] [wɪ'ðaʊt] ['eni] [ɔːr] ['veri] ['lɪt(ə)l] [θɔːt] [ɪz] [kɔːld] ['hæbɪt] .

the	same	motions	without	any	or	very	little	thought	is	called	habit	.
这	相同的	运动	没有	任何	或者	非常	小的	想法	是	称为	习惯	.

习惯——反复做某件事，直到身体做出相同的动作而无需思考或只需很少思考，就称为习惯。

[ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] [nəːvs] [ɑːr; ər][soʊ] [fɔːrmd] [ðæt] [wen] [ðeɪ] [get] [juːst] [tuː; tə] [əu'beiŋ] [ðə; ði]

The	brain	and	nerves	are	so	formed	that	when	they	get	used	to	obeying	the
这	脑	和	神经	是	所以	形成	那	什么时候	他们	得到	用过的	到	服从	这

[seɪm] ['ɔːrdər][ʌv; əv][ðə; ði][maɪnd] [ə'gen] [ænd; ənd] [ə'gen] ,

same	order	of	the	mind	again	and	again	,
相同的	命令	的	这	头脑	再次	和	再次	,

大脑和神经的构造决定了，当它们习惯于一遍又一遍地服从相同的思维指令时，

[ðeɪ] [wɪl] ['kæri] [aʊt] [ðiːz] ['ɔːrdərz] [wen] [ðə; ði][maɪnd][noʊ][lɔːŋgər] ['gɪvz] [ðem; ðəm] .

they	will	carry	out	these	orders	when	the	mind	no	longer	gives	them	.
他们	将要	携带	出去	这些	订单	什么时候	这	头脑	不	更长	给予	他们	.

当人的意识不再发出这些命令时，他们就会执行它们。

['sʌmtaɪmz] [ðeɪ] [wɪl] [kən'tɪnjuː] [tuː; tə] [ə'beɪ] [ðə; ði][oʊld]['ɔːrdərz]['iːv(ə)n] [wen] [nuː] [wʌnz][ɑːr; ər]['gɪv(ə)n]

Sometimes	they	will	continue	to	obey	the	old	orders	even	when	new	ones	are	given
有时	他们	将要	继续	到	服从	这	老的	订单	甚至	什么时候	新的	一个	是	给定

.

:

.

即使下达了新命令，他们有时仍会继续服从旧命令。

['meni] ['pɝːsənz] [wʊd] [laɪk] [tuː; tə] [breɪk] [ɔːf] [ðə; ði]['hæbɪt][ʌv; əv] ['drɪŋkɪŋ] [bɪr] [ɔːr] ['wɪski] , [ʌv; əv]

Many	persons	would	like	to	break	off	the	habit	of	drinking	beer	or	whisky	,	of
许多	人	会	喜欢	到	休息	离开	这	习惯	的	喝	啤酒	或者	威士忌酒	,	的

['tʃuːɪŋ] [tə'bækoʊ] ,

chewing	tobacco	,
咀嚼	烟草	,

许多人都想戒掉喝啤酒或威士忌、嚼烟草的习惯。

[ænd; ənd] ['juːzɪŋ] [bæd] ['læŋgwɪdʒ] ,

and	using	bad	language	,
和	使用	坏的	语言	,

使用不雅语言

[bʌt; bət] [ðeɪ] [faɪnd][ˌaɪ 'tiː] ['veri] [hɑːrd][tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði][maɪnd] [ruːl] [ðə; ði]['bɑːdi][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðeɪ]

but	they	find	it	very	hard	to	make	the	mind	rule	the	body	because	they
但	他们	寻找	它	非常	难的	到	制作	这	头脑	规则	这	身体	因为	他们

[hæv; həv][let][ðə; ði] [nəːvs] [hæv; həv][ðer; ðər] [oʊn] [wei] [soʊ] [lɔːŋ] .

have	let	the	nerves	have	their	own	way	so	long	.
有	让	这	神经	有	他们的	自己的	方式	所以	长的	.

但他们发现很难让思想控制身体，因为他们长期以来一直放任神经为所欲为。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	154	]
[	页	-	]

[第154页]

['spiːkɪŋ] ['tʃɪrfəli] [tuː; tə] [ðoʊz] [wiː; wi] [miːt] , ['gɪvɪŋ] [ə; eɪ][kaɪnd][wɜːrd][tuː; tə]['aʊər; ɑːr] [frendz] ,

Speaking	cheerfully	to	those	we	meet	,	giving	a	kind	word	to	our	friends	,
请讲	愉快地	到	那些	我们	见面	,	给予	一个	种类	单词	到	我们的	朋友们	,

热情地与遇到的人交谈，对朋友说句暖心的话，

[ænd; ənd] ['lʊkɪŋ] ['plez(ə)nt] [ɑːr; ər] [gʊd] ['hæbɪts] [wɪtʃ] ['evri] [wʌn] [ɔːt] [tuː; tə][fɔːrm][ɪn] [juːθ] .

and	looking	pleasant	are	good	habits	which	every	one	ought	to	form	in	youth	.
和	寻找	令人愉快的	是	好的	习惯	哪个	每一个	一	应该	到	形式	在	青年	.

保持良好的仪容仪表是每个人在年轻时都应该养成的好习惯。

[ðeɪ] [nɑːt]['oʊnli] [meɪk] [ðə; ði][maɪnd] ['betər] ,

They	not	only	make	the	mind	better	,
他们	不是	仅有的	制作	这	头脑	更好的	,

它们不仅能提升思维能力，

[bʌt; bət] [ðeɪ] [help] [ðə; ði]['bɑːdi][tuː; tə] [kiːp] [wel] [ænd; ənd] [wɪl] [prɪ'per] [ðə; ði] [weɪ] [fɔːr; fər] [sək'ses] [ɪn]

but	they	help	the	body	to	keep	well	and	will	prepare	the	way	for	success	in
但	他们	帮助	这	身体	到	保持	出色地	和	将要	准备	这	方式	为了	成功	在

[laɪf] ['leɪtər] .

life	later	.
生活	之后	.

但它们有助于保持身体健康，并为日后的成功做好准备。

['noʊbɑːdi] ['wɒnts] [ə; eɪ] ['grʌmblɪŋ] [klɜːrk] [ɔːr][ə; eɪ]['saʊər] - [feɪst] ['haʊskiːpər] .

Nobody	wants	a	grumbling	clerk	or	a	sour	-	faced	housekeeper	.
无人	想要	一个	抱怨	职员	或者	一个	酸的	-	面对	管家	.

谁都不喜欢爱抱怨的职员或板着脸的管家。

[fɪg] . - — [ðə; ði] ['dɪfrəns] [ɪn] [ə'pɪrəns] [bɪ'twiːn] [ə; eɪ] ['paʊtɪŋ] [ænd; ənd][ə; eɪ] ['plez(ə)nt]

Fig	.	88	—	The	difference	in	appearance	between	a	pouting	and	a	pleasant
如图	.	-	—	这	不同之处	在	外貌	之间	一个	撅嘴	和	一个	令人愉快的

[ɪk'spreʃ(ə)n] .

expression	.
表达	.

图 88 —撅嘴和愉悦表情在外观上的区别。

[pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi] [wɜːrk] [wɪ'ðaʊt] ['ɔːrdərz] [frʌm; frəm][ðə; ði] [breɪn] . — [ə; eɪ] [sneɪk] [wɪð; wɪθ][ɪts]

Parts	of	the	Body	work	without	Orders	from	the	Brain	.	—	A	snake	with	its
部分	的	这	身体	工作	没有	订单	从	这	脑	.	—	一个	蛇	和	它是

[breɪn] [krʌʃt] [wɪl] [stɪl] [skwɜːrm][ænd; ənd][ə; eɪ] ['tʃɪkɪn] [wɪð; wɪθ][ɪts] [hed] [kʌt] [ɔːf] [dʒʌmps] [ə'baʊt] .

brain	crushed	will	still	squirm	and	a	chicken	with	its	head	cut	off	jumps	about	.
脑	碎	将要	仍然	蠕动	和	一个	鸡	和	它是	头	切	离开	跳跃	关于	.

身体的各个部分无需大脑指令也能运作。——一条脑部被压碎的蛇仍然会扭动，一只被砍掉头的鸡仍然会跳来跳去。

[ðiːz] ['muːvmənts] [ɑːr; ər] [kɔːzd] [baɪ]['ɔːrdərz] [sent] [frʌm; frəm][ðə; ði]['spaɪn(ə)l][kɔːrd] .

These	movements	are	caused	by	orders	sent	from	the	spinal	cord	.
这些	移动	是	导致	经过	订单	发送	从	这	脊	绳索	.

这些动作是由脊髓发出的指令引起的。

[wen] [ðə; ði][hænd][ɔːr] [fʊt] [ɪz] ['biːɪŋ] [hɜːrt] ,

When	the	hand	or	foot	is	being	hurt	,
什么时候	这	手	或者	脚	是	存在	伤害	,

当手或脚受伤时，

[ðə; ði]['spaɪn(ə)l][kɔːrd]['ɔːrdərz][ðə; ði] ['mʌslz] [tuː; tə] [drɔː] [ðə; ði] [lɪm] [ə'weɪ] ['iːv(ə)n] [bɪ'fɔːr] [wiː; wi] [fiːl]

the	spinal	cord	orders	the	muscles	to	draw	the	limb	away	even	before	we	feel
这	脊	绳索	订单	这	肌肉	到	画	这	肢	离开	甚至	前	我们	感觉

[ðə; ði] [peɪn] [ɪn][ðə; ði] [breɪn] .

the	pain	in	the	brain	.
这	疼痛	在	这	脑	.

脊髓甚至在我们大脑感觉到疼痛之前，就已经命令肌肉将肢体拉开。

['meni] [ʌv; əv][ðə; ði] ['mu:vmənts] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di] [wɪtʃ] [ɑ:r; ər]['ɔ:f(ə)n] [rɪ'pi:tɪd] [meɪ] [bi:; bi] [də'rektɪd]

Many	of	the	movements	of	the	body	which	are	often	repeated	may	be	directed
许多	的	这	移动	的	这	身体	哪个	是	经常	重复	可能	是	指导

[baɪ][ðə; ði]

by	the
经过	这

许多经常重复的身体动作可能受到以下因素的引导：

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	155	]
[	页	-	]

[第155页]

['spaɪn(ə)l][kɔ:rd] , [waɪl] [ðə; ði] [breɪn] [ɪz] [left] [fri:] [tu:; tə][du:] ['ʌðər] [wɜ:rk] .

spinal	cord	,	while	the	brain	is	left	free	to	do	other	work	.
脊	绳索	,	尽管	这	脑	是	左边	自由的	到	做	其他	工作	.

脊髓被切断，而大脑则可以自由地进行其他工作。

[ðɪs] [ɪz] [waɪ] [ðə; ði]['spaɪn(ə)l][kɔ:rd][ɪz] [kɔ:ld] [ðə; ði] ['helpɪŋ] ['mænɪdʒər] .

This	is	why	the	spinal	cord	is	called	the	helping	manager	.
这	是	为什么	这	脊	绳索	是	称为	这	帮助	经理	.

这就是为什么脊髓被称为“辅助管理者”。

[ðə; ði]['ækʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði] ['mʌslz] [ɪn][ðə; ði] [wɔ:lz] [ʌv; əv][ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] , [ðə; ði] ['wɜ:rkɪŋ] [ʌv; əv]

The	action	of	the	muscles	in	the	walls	of	the	blood	vessels	,	the	working	of
这	行动	的	这	肌肉	在	这	墙壁	的	这	血	船只	,	这	在职的	的

[ðə; ði] ['stʌmək] ,

the	stomach	,
这	胃	,

血管壁肌肉的活动，胃的运作，

[ðə; ði]['lɪvər] , ['pæŋkriəs] , [ænd; ənd] ['ʌðər] [glændz][ɑ:r; ər][nɑ:t] [də'rektɪd] [baɪ][ðə; ði][breɪn] , [bʌt; bət][baɪ]

the	liver	,	pancreas	,	and	other	glands	are	not	directed	by	the	brain	,	but	by
这	肝	,	胰腺	,	和	其他	腺体	是	不是	指导	经过	这	脑	,	但	经过

[ðə; ði] [ˌsɪmpə'θetɪk] [nə:vs] .

the	sympathetic	nerves	.
这	交感神经	神经	.

肝脏、胰腺和其他腺体不是由大脑控制的，而是由交感神经控制的。

[ði:z] [ɪk'stend][frʌm; frəm][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][kɔ:rd][ɑ:n] ['i:ðər] [saɪd][ʌv; əv][ðə; ði] ['bækboʊn] [tu:; tə][ɔ:l][pɑ:rts]

These	extend	from	a	little	cord	on	either	side	of	the	backbone	to	all	parts
这些	延长	从	一个	小的	绳索	在	任何一个	边	的	这	骨干	到	全部	部分

[ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di][ænd; ənd] [meɪk] [ðə; ði] ['ɔrgənz] ,

of	the	body	and	make	the	organs	,
的	这	身体	和	制作	这	器官	,

这些神经束从脊柱两侧的细小神经索延伸到身体的各个部位，构成器官。

[sʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði] [hɑ:rt] [ænd; ənd] [swet] [glændz] , [wɪtʃ] [wi:; wi] ['kænɑ:t] [meɪk] [ə'beɪ] ['aʊər; ɑ:r] [wɪl] ,

such	as	the	heart	and	sweat	glands	,	which	we	cannot	make	obey	our	will	,
这样的	作为	这	心	和	汗	腺体	,	哪个	我们	不能	制作	服从	我们的	将要	,

[du:][ðer; ðər][wɜ:rk] .

do	their	work	.
做	他们的	工作	.

例如心脏和汗腺，我们无法控制它们，让它们按照我们的意志工作。

['ɪndʒəri][tu:; tə][ðə; ði] [nə:vs] . — [ðə; ði] [nə:vs] [ɑ:r; ər][soʊ][ɪm'pɔ:rt(ə)nt][fɔ:r; fər][ðə; ði] ['welfer] [ʌv; əv][ðə; ði]

Injury	to	the	Nerves	.	—	The	nerves	are	so	important	for	the	welfare	of	the
受伤	到	这	神经	.	—	这	神经	是	所以	重要的	为了	这	福利	的	这

['bɑ:di] [ðæt] [ɔ:l][ðə; ði] [tʃi:f] [wʌnz][ɑ:r; ər] [pleɪst] [di:p] [ɪn][ðə; ði] [fleʃ] ,

body	that	all	the	chief	ones	are	placed	deep	in	the	flesh	,
身体	那	全部	这	首席	一个	是	放置	深的	在	这	肉	,

神经损伤——神经对身体健康至关重要，因此所有主要神经都位于肌肉深处。

[wer] [ðeɪ] [ɑːr; ər][nɑːt] ['laɪkli] [tuː; tə][biː; bi][hɜːrt] .

where	they	are	not	likely	to	be	hurt	.
在哪里	他们	是	不是	可能	到	是	伤害	.

在他们不太可能受伤的地方。

[ɪf] [ðə; ði] [nəːvs] ['liːdɪŋ; 'ledɪŋ][tuː; tə][ðə; ði][ɑːrm][wɜːr; wər] [kʌt] , [ˌaɪ 'tiː][kʊd; kəd][nɑːt][biː; bi] [muːvd] ,

If	the	nerves	leading	to	the	arm	were	cut	,	it	could	not	be	moved	,
如果	这	神经	领导	到	这	手臂	是	切	,	它	可以	不是	是	已搬	,

如果通往手臂的神经被切断，手臂就无法活动。

[ænd; ənd][wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv][noʊ] ['fiːlɪŋ] [ɪn][ˌaɪ 'tiː] .

and	we	should	have	no	feeling	in	it	.
和	我们	应该	有	不	感觉	在	它	.

我们不应该对此抱有任何感情。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第6/8页

[ðə; ði] ['hɜ:rtɪŋ] [ʌv; əv][ə; eɪ][pɑ:rt][ʌv; əv][ðə; ði][breɪn] , [ðə; ði]['spaɪn(ə)l][kɔ:rd] ,
The **hurting** **of** **a** **part** **of** **the** **brain** **,** **the** **spinal** **cord** **,**
这 受伤 的 一个 部分 的 这 脑 , 这 脊 绳索 ,

大脑或脊髓的损伤

[ɔ:r][ðə; ði] [nə:vs] [meɪ] [kɔ:z] [lɔ:s] [ʌv; əv] ['fi:lɪŋ] [ɔ:r]['moʊʃ(ə)n][ɪn][ðə; ði][leg] , [ɑ:rm] ,
or **the** **nerves** **may** **cause** **loss** **of** **feeling** **or** **motion** **in** **the** **leg** **,** **arm** **,**
或者 这 神经 可能 原因 损失 的 感觉 或者 运动 在 这 腿 , 手臂 ,

或者神经可能引起腿部、手臂感觉丧失或运动障碍，

[ɔ:r] ['ʌðər] [pɑ:rt][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di] .
or **other** **part** **of** **the** **body** **.**
或者 其他 部分 的 这 身体 .

或身体的其他部位。

[sʌtʃ] [ə; eɪ][pɑ:rt] [ðen] [si:mz] [ə'sli:p] [ɔ:r] [ded] [ænd; ənd][ɪz] [sed] [tu:; tə][hæv; həv][pə'ræləsɪs] .
Such **a** **part** **then** **seems** **asleep** **or** **dead** **and** **is** **said** **to** **have** **paralysis** **.**
这样的 一个 部分 然后 似乎 睡着了 或者 死的 和 是 说 到 有 麻痹 .

这样的部分就像睡着了或死了一样，被称为瘫痪。

['presɪŋ] [ɑ:n][ə; eɪ] [nɜ:rv] [prɪ'vɛnts, pri:'vɛnts][ˌaɪ 'ti:][frʌm; frəm] ['æktɪŋ] .
Pressing **on** **a** **nerve** **prevents** **it** **from** **acting** **.**
紧迫 在 一个 神经 阻止 它 从 表演 .

压迫神经会阻止其发挥功能。

['sɪtɪŋ] [soʊ][æz; əz][tu:; tə] [pres] [ɑ:n][ðə; ði] [nɜ:rv] [ʌv; əv][ðə; ði][leg]['ɔ:f(ə)n] [meɪks] [ðə; ði] [fʊt] [goʊ][tu:; tə]
Sitting **so** **as** **to** **press** **on** **the** **nerve** **of** **the** **leg** **often** **makes** **the** **foot** **go** **to**
坐着 所以 作为 到 按 在 这 神经 的 这 腿 经常 制作 这 脚 去 到
[sli:p] .
sleep **.**
睡觉 .

坐姿压迫腿部神经常常会导致脚部麻木。

[ðə; ði] ['bɜ:rstɪŋ] [ʌv; əv][ə; eɪ] [blʌd] ['ves(ə)l][ɪn][ðə; ði][breɪn] [meɪ] [let][ə; eɪ] [blʌd] [klɑ:t][fɔ:rm][ænd; ənd]
The **bursting** **of** **a** **blood** **vessel** **in** **the** **brain** **may** **let** **a** **blood** **clot** **form** **and**
这 爆发 的 一个 血 血管 在 这 脑 可能 让 一个 血 凝块 形式 和
[pres] [ɑ:n][ðə; ði] [nə:vs] [wɪtʃ] ['gʌvərn] [ðə; ði][ɑ:rm][ɔ:r][ðə; ði][leg] .
press **on** **the** **nerves** **which** **govern** **the** **arm** **or** **the** **leg** **.**
按 在 这 神经 哪个 治理 这 手臂 或者 这 腿 .

脑血管破裂可能导致血栓形成，压迫控制手臂或腿部的神经。

[ðɪs] ['preʃər] [meɪ] [kɔ:z] [pə'ræləsɪs] .
This **pressure** **may** **cause** **paralysis** **.**
这 压力 可能 原因 麻痹 .

这种压力可能会导致瘫痪。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]
[**Pg** **156** **]**
[页 -]

[第156页]

['restɪŋ] [ðə; ðɪ] [breɪn] . — [wen] [ðer; ðər][ɪz][noʊ] [fuːd] [ɪn][ðə; ðɪ] ['stʌmək] , [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [taɪm] [tuː; tə]

Resting	the	Brain	.	—	When	there	is	no	food	in	the	stomach	,	it	has	time	to
休息	这	脑	.	—	什么时候	那里	是	不	食物	在	这	胃	,	它	有	时间	到

[rest] .

rest	.
休息	.

让大脑休息——当胃里没有食物时，大脑就有时间休息。

[wen] [wiː; wi][sɪt] [daʊn] [ɔːr][laɪ] [daʊn] , [ðə; ði] ['mʌslz] [get] [rest] .

When	we	sit	down	or	lie	down	,	the	muscles	get	rest	.
什么时候	我们	坐	向下	或者说谎		向下	,	这	肌肉	得到	休息	.

当我们坐下或躺下时，肌肉可以得到休息。

[ðə; ði] [breɪn] [ɪz] ['ɔːlweɪz] ['bɪzi] [ɪk'sept] [wen] [wiː; wi][ɑːr; ər] [ə'sliːp] .

The	brain	is	always	busy	except	when	we	are	asleep	.
这	脑	是	总是	忙碌的	除了	什么时候	我们	是	睡着了	.

除了睡觉的时候，大脑总是处于活跃状态。

[noʊ][wʌn][kæn; kən][lɪv; laɪv]['iːv(ə)n][ə; eɪ] [wiːk] [wɪ'ðaʊt] [sliːp] .

No	one	can	live	even	a	week	without	sleep	.
不	一	能	居住	甚至	一个	星期	没有	睡觉	.

没有人能一周不睡觉。

[ɪf] [ə; eɪ][dɔːg][ɪz] [kept] [ə'weɪk] [faɪv] [deɪz] , [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [daɪ] .

If	a	dog	is	kept	awake	five	days	,	it	will	die	.
如果	一个	狗	是	保留	醒	五	天	,	它	将要	死	.

如果一只狗连续五天没睡觉，它就会死。

[fɪg] . - — ['sliːpɪŋ] [ɪn][ðə; ðɪ] [pə'zɪʃ(ə)n] [ʃoʊn] [ɪn][ðə; ðɪ] ['loʊər] ['fɪgjər] [prɪ'vɛnts, priː'vɛnts] [friː]

Fig	.	89	—	Sleeping	in	the	position	shown	in	the	lower	figure	prevents	free
如图	.	-	—	睡眠	在	这	位置	所示	在	这	降低	数字	阻止	自由的

['briːðɪŋ] [ænd; ənd] [tendz] [tuː; tə] [kɔːz] [raʊnd] ['ʃəuldəz] .

breathing	and	tends	to	cause	round	shoulders	.
呼吸	和	倾向于	到	原因	圆形的	肩膀	.

图 89 — 下图所示的睡姿会妨碍自由呼吸，并容易导致圆肩。

[ðə; ðɪ] ['ʌpər] ['fɪgjər] [ʃoʊz] [kə'rekt] [pə'zɪʃ(ə)n] .

The	upper	figure	shows	correct	position	.
这	上	数字	演出	正确的	位置	.

上图显示的是正确的位置。

['tʃɪldrən] [niːd] [mʌtʃ] [mɔːr] [sliːp] [ðæn; ðən]['oʊldər] ['pɝːsənz] .

Children	need	much	more	sleep	than	older	persons	.
孩子们	需要	很多	更多的	睡觉	比	老	人	.

儿童比老年人需要更多的睡眠。

[men] [ænd; ənd] ['wɪmɪn] [huː] [wɜːrk] [ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv] [ə'baʊt] [eɪt] ['aʊərz] [ʌv; əv] [sliːp] ['deɪli] [tuː; tə]

Men	and	women	who	work	should	have	about	eight	hours	of	sleep	daily	to
男人	和	女性	WHO	工作	应该	有	关于	八	小时	的	睡觉	日常的	到

[rɪ'meɪn] [ɪn] [gʊd] [helθ] .

remain	in	good	health	.
保持	在	好的	健康	.

为了保持健康，上班族每天应该睡足八小时。

['tʃɪldrən] [ʌv; əv] [twelv] ['jɪrz] [ʃʊd; ʃəd] [sliːp] [naɪn] ['aʊərz] [iːtʃ] [deɪ] ; [ðoʊz] [ʌv; əv] [ten] ['jɪrz] , [ten]

Children	of	twelve	years	should	sleep	nine	hours	each	day	;	those	of	ten	years	,	ten
孩子们	的	十二	年	应该	睡觉	九	小时	每个	天	;	那些	的	十	年	,	十

['aʊərz] ;

hours	;
小时	;

十二岁的孩子每天应该睡九个小时；十岁的孩子每天应该睡十个小时；

[ðoʊz] [ʌv; əv]['sev(ə)n] ['jɪrz] , [ɪ'lev(ə)n]['aʊərz] ; [ænd; ənd] [ðoʊz] [ʌv; əv] [fɔːr] ['jɪrz] , [twelv] ['aʊərz] .

those of seven years , eleven hours ; and those of four years , twelve hours .

那些 的 七 年 , 十一 小时 ; 和 那些 的 四 年 , 十二 小时 .

七年级学生，11 小时；四年级学生，12 小时。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[Pg 157]

[页 -]

[第157页]

['getɪŋ] [ðə; ði][moʊst][aʊt][ʌv; əv] [sliːp] . — [juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][goʊ][tuː; tə][bed] ['evri] [naɪt] [æt; ət][ə'baʊt]

Getting the most out of Sleep . — You should go to bed every night at about

获得 这 最多 出去 的 睡觉 . — 你 应该 去 到 床 每一个 夜晚 在 关于

[ðə; ði] [seɪm] ['aʊər] .

the same hour .

这 相同的 小时 .

如何获得最佳睡眠质量——你应该每晚在同一时间上床睡觉。

[ðɪs] [wɪl] [help] [juː; jʊ][tuː; tə][fɔːl] [ə'sliːp] [æz; əz] [suːn] [æz; əz][juː; jʊ][ɑːr; ər][ɪn][bed] .

This will help you to fall asleep as soon as you are in bed .

这 将要 帮助 你 到 落下 睡着了 作为 很快 作为 你 是 在 床 .

这样可以帮助你一躺到床上就能很快入睡。

[duː][nɑːt] [sliːp] [ɪn][ðə; ði] [kloʊðz] [wɪtʃ] [juː; jʊ][hæv; həv][wɔːrn] ['dʊrɪŋ] [ðə; ði] [deɪ] ,

Do not sleep in the clothes which you have worn during the day ,

做 不是 睡觉 在 这 衣服 哪个 你 有 磨损 期间 这 天 ,

不要穿着白天穿的衣服睡觉。

[bʌt; bət] [hæŋ] [ðem; ðəm][ʌp][tuː; tə][er] , [ænd; ənd][pʊt][ɑːn][ə; eɪ] [naɪt] [roʊb] .

but hang them up to air , and put on a night robe .

但 悬挂 他们 向上 到 空气 , 和 放 在 一个 夜晚 长袍 .

但要把它们挂起来晾晒，然后穿上睡袍。

['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd] [juːz][ə; eɪ] ['veri] [loʊ] ['pɪloʊ] , [soʊ] [ðæt] [ðə; ði]['bɑːdi][kæn; kən][laɪ] [streɪt] [ɪn][ðə; ði]

Children should use a very low pillow , so that the body can lie straight in the

孩子们 应该 使用 一个 非常 低的 枕头 , 所以 那 这 身体 能 说谎 直的 在 这

[bed] .

bed .

床 .

儿童应该使用很低的枕头，这样身体才能在床上保持笔直。

[ðɪs] ['gɪvz] [ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] [hɑːrt] ['friːdəm] [tuː; tə][ækt] .

This gives the lungs and heart freedom to act .

这 给予 这 肺 和 心 自由 到 行为 .

这样一来，肺和心脏就能自由活动。

[duː][nɑːt][laɪ][ɑːn][ðə; ði] [bæk] [æz; əz] [ðɪs] ['kɔːzɪz] [sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] ['ɔrgənz] [tuː; tə] [pres] [ɑːn]['sɜːrt(ə)n]

Do not lie on the back as this causes some of the organs to press on certain

做 不是 说谎 在 这 后退 作为 这 原因 一些 的 这 器官 到 按 在 肯定

[nəːvs] [ænd; ənd] [meɪks] [juː; jʊ] [driːm] .

nerves and makes you dream .

神经 和 制作 你 梦 .

不要仰卧，因为这样会导致某些器官压迫某些神经，从而引起梦境。

[ðə; ði] ['wɪndoʊz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['oʊpənd] [waɪd] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [freʃ] [er] [ɪz][ðə; ði] [best] [eɪd][tuː; tə] [rest]

The windows should be opened wide because fresh air is the best aid to rest

这 视窗 应该 是 打开 宽的 因为 新鲜的 空气 是 这 最好的 援助 到 休息

[ænd; ənd] [helθ] [ænd; ənd] [kiːps] [ə'weɪ] [tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] .

and health and keeps away tuberculosis .

和 健康 和 保持 离开 结核 .

窗户应该大开，因为新鲜空气对休息和健康最有益，还能预防肺结核。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .
PRACTICAL QUESTIONS1 .
实际的 QUESTIONS1 .

实践问题1.

[wʌt] [meɪks] [ðə; ði][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]['bɑːdi][wɜːrk] [tə'geðər] ? [ˌtuː'tuː] .
What makes the parts of the body work together ? 2 .
什么 制作 这 部分 的 这 身体 工作 一起 ? 2 .

是什么让身体各部分协同运作？2.

[dɪ'skraɪb] [ðə; ði] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði][breɪn] . [θriː] .
Describe the surface of the brain . 3 .
描述 这 表面 的 这 脑 . 3 .

描述大脑表面。3.

[neɪm] [ðə; ði] [θriː] [pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði][breɪn] . [fɔːr] .
Name the three parts of the brain . 4 .
姓名 这 三 部分 的 这 脑 . 4 .

4. 请说出大脑的三个组成部分。

[ʌv; əv] [wʌt] [ɪz][ðə; ði]['aʊtər] ['leɪər] [ʌv; əv][ðə; ði][breɪn] [meɪd] ? [faɪv] .
Of what is the outer layer of the brain made ? 5 .
的 什么 是 这 外 层 的 这 脑 制成 ? 5 .

大脑外层是由什么构成的？5.

[wer] [ɪz][ðə; ði]['spaɪn(ə)l][kɔːrd] ? [sɪks] .
Where is the spinal cord ? 6 .
在哪里 是 这 脊 绳索 ? 6 .

脊髓在哪里？6.

[wʌt] [ɑːr; ər] [nɜːrv] ['faɪbɚz] ? ['sɛvən] .
What are nerve fibers ? 7 .
什么 是 神经 纤维 ? 7 .

什么是神经纤维？7.

[wʌt] [wɜːrk] [dʌz] [ðə; ði][breɪn][duː] ? [eɪt] .
What work does the brain do ? 8 .
什么 工作 做 这 脑 做 ? 8 .

大脑主要做什么工作？8.

[wʌt] [meɪks] [ðə; ði][maɪnd] [gʊd] [ɔːr][bæd] ? [naɪn] .
What makes the mind good or bad ? 9 .
什么 制作 这 头脑 好的 或者 坏的 ? 9 .

是什么决定了人的心智是善还是恶？9.

[wʌt] [ɪz]['hæbɪt] ? - .
What is habit ? 10 .
什么 是 习惯 ? - .

什么是习惯？10.

[haʊ] [lɔːŋ] [ʃʊd; ʃəd] ['tʃɪldrən] [sliːp] ? - .
How long should children sleep ? 11 .
如何 长的 应该 孩子们 睡觉 ? - .

孩子应该睡多久？11.

[haʊ] [kæn; kən][juː; jʊ][get][ðə; ði][moʊst] [gʊd] [aʊt][ʌv; əv] [sliːp] ?
How can you get the most good out of sleep ?
如何 能 你 得到 这 最多 好的 出去 的 睡觉 ?

如何才能最大程度地利用睡眠?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 158]
[页 -]

[第158页]

['tʃæptər] [ˌɛks'ɛks'aɪ]

CHAPTER	XXI
章	二十一

第二十一章

[haʊ] [nɑːr'kɑːtɪks] [ænd; ənd] ['stimjulənts] [ə'fekt] [ðə; ði]

HOW	NARCOTICS	AND	STIMULANTS	AFFECT	THE
如何	毒品	和	兴奋剂	影响	这

麻醉剂和兴奋剂如何影响

[breɪn] [ænd; ənd] [nəːvs]

BRAIN	AND	NERVES
脑	和	神经

大脑和神经

[wʌt] [nɑːr'kɑːtɪks][ænd; ənd]['stimjulənts][ɑːr; ər] . — [ə; eɪ][nɑːr'kɑːtɪk][ɪz] ['sʌmθɪŋ] [wɪtʃ] [wen] ['teɪkən]

What	Narcotics	and	Stimulants	Are	.	—	A	narcotic	is	something	which	when	taken
什么	毒品	和	兴奋剂	是	.	—	一个	麻醉剂	是	某物	哪个	什么时候	已采取

['ɪntuː][ðə; ði]['baːdi] [meɪks] [ðə; ði] ['ɔrgənz] [duː][ðer; ðər][wɜːrk] [mɔːr] ['sloʊli] [ænd; ənd] [tendz] [tuː; tə] [kɔːz]

into	the	body	makes	the	organs	do	their	work	more	slowly	and	tends	to	cause
进入	这	身体	制作	这	器官	做	他们的	工作	更多的	缓慢地	和	倾向于	到	原因

['sliːpinəs] .

sleepiness	.
困倦	.

什么是麻醉剂和兴奋剂？——麻醉剂是指进入人体后，使器官运转速度减慢并导致困倦的物质。

[ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋks] , [tə'bækoʊ] , ['oʊpiəm] , ['suːðɪŋ] ['sɪrəp; 'serəp] , [ænd; ənd] [peɪn] ['kɪlərz] [ɑːr; ər]

Alcoholic	drinks	,	tobacco	,	opium	,	soothing	sirups	,	and	pain	killers	are
酗酒者	饮料	,	烟草	,	鸦片	,	舒缓	糖浆	,	和	疼痛	杀手	是

[nɑːr'kɑːtɪks] .

narcotics	.
毒品	.

酒精饮料、烟草、鸦片、镇静糖浆和止痛药都是麻醉品。

[ə; eɪ] ['stɪmjələnt] [ɪz][ə; eɪ] ['sʌbstəns] [wɪtʃ] [meɪks] [ðə; ði] ['ɔrgənz] [ʌv; əv][ðə; ði]['baːdi][duː] [mɔːr] [ænd; ənd]

A	stimulant	is	a	substance	which	makes	the	organs	of	the	body	do	more	and
一个	兴奋剂	是	一个	物质	哪个	制作	这	器官	的	这	身体	做	更多的	和

['kwɪkər] [wɜːrk][ænd; ənd] [dʌz] [nɑːt]['leɪtər] [meɪk] [ðə; ði] ['ɔrgənz] [wɜːrk] [mɔːr] ['sloʊli] .

quicker	work	and	does	not	later	make	the	organs	work	more	slowly	.
更快	工作	和	做	不是	之后	制作	这	器官	工作	更多的	缓慢地	.

兴奋剂是一种能使身体器官工作更多、更快，并且不会使器官工作速度减慢的物质。

['kɔːfi] [ænd; ənd] [tiː] [ɑːr; ər]['stimjulənts] .

Coffee	and	tea	are	stimulants	.
咖啡	和	茶	是	兴奋剂	.

咖啡和茶都是兴奋剂。

[bɪr] , [waɪn] , [ænd; ənd] ['wɪski] [wɜːr; wər][wʌns] [θɔːt] [tuː; tə][biː; bi]['stimjulənts] ,

Beer	,	wine	,	and	whisky	were	once	thought	to	be	stimulants	,
啤酒	,	葡萄酒	,	和	威士忌酒	是	一次	想法	到	是	兴奋剂	,

啤酒、葡萄酒和威士忌曾被认为是兴奋剂。

[bʌt; bət][ɪk'sperɪmənts; ɪk'sperɪments; ɪk'sperəmənts; ɪk'sperəments][hæv; həv] [ʃoʊn] [ðem; ðəm][tuː; tə][biː; bi]

but	experiments	have	shown	them	to	be
但	实验	有	所示	他们	到	是

[nɑːr'kɑːtɪks] .

narcotics	.
毒品	.

但实验表明它们是麻醉剂。

[ðeɪ] [ɜːrdʒ][ðə; ði][breɪn][tuː; tə]['fæstər][wɜːrk][fɔːr; fər][ə; eɪ][fjuː] ['mɪnɪts] ,

They	urge	the	brain	to	faster	work	for	a	few	minutes	,
他们	敦促	这	脑	到	快点	工作	为了	一个	很少	分钟	,

它们会促使大脑在几分钟内加快运转速度。

[bʌt; bət][ə; eɪ][hæf] ['aʊər]['leɪtər] [ðeɪ] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː][ækt] ['sloʊər] [ðæn; ðən]['juːʒuəl] .

but	a	half	hour	later	they	make	it	act	slower	than	usual	.
但	一个	一半	小时	之后	他们	制作	它	行为	慢点	比	通常	.

但半小时后，它的反应速度却比平时慢了下来。

['ælkəhɔːl][hɜːrts][ðə; ði][breɪn] . — [wɪ'ðɪn] [faɪv] ['mɪnɪts] ['æftər][ə; eɪ][drɪŋk][ʌv; əv] [bɪr] [ɔːr] ['wɪski]

Alcohol	hurts	the	Brain	.	—	Within	five	minutes	after	a	drink	of	beer	or	whisky
酒精	疼痛	这	脑	.	—	之内	五	分钟	后	一个	喝	的	啤酒	或者	威士忌酒

[hæz; həz] [bɪn] ['swɑːloʊd] ,

has	been	swallowed	,
有	到过	吞咽	,

酒精会损害大脑。——饮用啤酒或威士忌后五分钟内，

[pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði]['ælkəhɔːl][hæz; həz] [riːtʃt] [ðə; ði] [blʌd] .

part	of	the	alcohol	has	reached	the	blood	.
部分	的	这	酒精	有	达到	这	血	.

部分酒精已进入血液。

[wɪ'ðɪn] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] [mʌtʃ] [ʌv; əv][ðə; ði]['ælkəhɔːl][hæz; həz] [gɔːn] [frʌm; frəm][ðə; ði] ['stʌmək]

Within	fifteen	minutes	much	of	the	alcohol	has	gone	from	the	stomach
之内	十五	分钟	很多	的	这	酒精	有	已消失	从	这	胃

[də'rektli; daɪ'rektli]['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] .

directly	into	the	blood	.
直接地	进入	这	血	.

十五分钟内，大部分酒精就从胃部直接进入了血液。

[ɪn][ə; eɪ] ['mɪnɪt] ['æftər] ['entərɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] [ˌaɪ 'tiː] ['riːtʃɪz] [ðə; ði][breɪn] .

In	a	minute	after	entering	the	blood	vessels	it	reaches	the	brain	.
在	一个	分钟	后	进入	这	血	船只	它	到达	这	脑	.

血液进入血管后，一分钟内即可到达大脑。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	159	]
[	页	-	]

[第159页]

[ɪf] [mʌtʃ] [strɔːŋ] [drɪŋk][ɪz]['teɪkən] ,

If	much	strong	drink	is	taken	,
如果	很多	强的	喝	是	已采取	,

如果喝了大量烈酒，

[ðə; ði] ['sɛlz] [ʌv; əv][ðə; ði][breɪn] [bɪ'kʌm] [soʊ] [nʌmd] [ðæt] [ðeɪ] ['kænɑːt] [gɪv] [ðə; ði] [raɪt] ['ɔːrdərz]

the	cells	of	the	brain	become	so	numbed	that	they	cannot	give	the	right	orders
这	细胞	的	这	脑	变得	所以	麻木	那	他们	不能	给	这	正确的	订单

[tuː; tə][ðə; ði] ['mʌslz] [tuː; tə] [muːv] [ðə; ði] [lɪmz] .

to	the	muscles	to	move	the	limbs	.
到	这	肌肉	到	移动	这	四肢	.

大脑细胞变得麻木，无法向肌肉发出正确的指令来移动四肢。

[ðə; ði]['pɜːrs(ə)n] [ðen] ['stægər] [ə'baʊt] [ænd; ənd][ɪz] [sed] [tuː; tə][biː; bi] [drʌŋk] .

The	person	then	staggers	about	and	is	said	to	be	drunk	.
这	人	然后	踉跄	关于	和	是	说	到	是	醉	.

该人随后步履蹒跚，据说是喝醉了。

[mʌtʃ] ['wɪski] ['teɪkən] [wɪl] [meɪk] [ðə; ði] [nɜːrv] ['sɛlz] [soʊ] [nʌm] [ðæt] [ə; eɪ][mæn]['kænɑːt] [muːv] ,

Much	whisky	taken	will	make	the	nerve	cells	so	numb	that	a	man	cannot	move	,
很多	威士忌酒	已采取	将要	制作	这	神经	细胞	所以	麻木的	那	一个	男人	不能	移动	,

大量饮用威士忌会使神经细胞麻木，以至于人无法动弹。

[ænd; ənd][hiː; hi] [wɪl] [ðen] [laɪ] [daʊn] [æz; əz] [ɪf] [ɪn][ə; eɪ] [diːp] [sliːp] .

and	he	will	then	lie	down	as	if	in	a	deep	sleep	.
和	他	将要	然后	说谎	向下	作为	如果	在	一个	深的	睡觉	.

然后他会躺下，仿佛睡着了一样。

[ə; eɪ] ['teblspʊnˌfʊl] [ʌv; əv] ['wɪski] [wɪl] [meɪk] [ə; eɪ] [tʃaɪld] [drʌŋk] [ænd; ənd] [twaɪs] [ðæt] [ə'maʊnt] [meɪ]

A	tablespoonful	of	whisky	will	make	a	child	drunk	and	twice	that	amount	may
一个	一汤匙	的	威士忌酒	将要	制作	一个	孩子	醉	和	两次	那	数量	可能

[meɪk] [hɪm; ɪm] ['veri] [sɪk] .

make	him	very	sick	.
制作	他	非常	生病的	.

一汤匙威士忌就能让孩子喝醉，两倍的量可能会让他病得很重。

[mʌtʃ] [juːz][ʌv; əv] [strɔːŋ] [drɪŋk] ['sʌmtaɪmz] ['gɪvz] [tuː; tə][ðə; ði] [breɪn] [ə; eɪ]['terəb(ə)l] [dɪ'ziːz] [kɔːld]

Much	use	of	strong	drink	sometimes	gives	to	the	brain	a	terrible	disease	called
很多	使用	的	强的	喝	有时	给予	到	这	脑	一个	糟糕的	疾病	称为

[dɪ'lɪriəm] ['trɛmənz] .

delirium	tremens	.
谵妄	震颤	.

长期大量饮用烈性酒有时会导致大脑患上一种名为震颤性谵妄的可怕疾病。

[ɪn] [ðɪs] ['sɪknəs] [ðə; ði][mæn] [θɪŋks] [hiː; hi] [siːz] [hɔːrnd] ['ænɪmlz] , [hɪsɪŋ] [sneɪks] ,

In	this	sickness	the	man	thinks	he	sees	horned	animals	,	hissing	snakes	,
在	这	疾病	这	男人	思考	他	看到	有角的	动物	,	嘶嘶声	蛇	,

在这种疾病中，患者会觉得自己看到了长角的动物、发出嘶嘶声的蛇。

[ænd; ənd] ['ʌðər] ['kriːtʃərz] [wɪtʃ] [ə'nɔɪ] [hɪm; ɪm] .

and	other	creatures	which	annoy	him	.
和	其他	生物	哪个	烦人	他	.

以及其他令他感到厌烦的生物。

['ælkəhɔːl] ['indʒəz] [ðə; ði] ['θɪŋkɪŋ] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [breɪn] . — [ˌaɪ 'tiː][wʌz; wəz] [wʌns] [θɔːt] [ðæt] [waɪn]

Alcohol	injures	the	Thinking	Part	of	the	Brain	.	—	It	was	once	thought	that	wine
酒精	受伤	这	思维	部分	的	这	脑	.	—	它	曾是	一次	想法	那	葡萄酒

[ɔːr] ['wɪski] [wʊd] [meɪk] [ə; eɪ][mæn] [θɪŋk] ['betər] .

or	whisky	would	make	a	man	think	better	.
或者	威士忌酒	会	制作	一个	男人	思考	更好的	.

酒精会损害大脑的思考部分。——人们一度认为葡萄酒或威士忌能使人思维更敏捷。

[naʊ] [wiː; wi] [noʊ] [ðæt] ['iːðər] [ʌv; əv] [ðiːz] [drɪŋks] [meɪks] [hɪz; ɪz] [θɔːts] ['sloʊər] [ænd; ənd]['ɔːlsoʊ]

Now	we	know	that	either	of	these	drinks	makes	his	thoughts	slower	and	also
现在	我们	知道	那	任何一个	的	这些	饮料	制作	他的	想法	慢点	和	还

['kɔːzɪz] [hɪm; ɪm][tuː; tə] [meɪk] [mɪ'steɪks] .

causes	him	to	make	mistakes	.
原因	他	到	制作	错误	.

现在我们知道，这两种饮料都会使他的思维变慢，还会导致他犯错。

[tuː] ['dɑːktɝz] [ɪn] ['jʊrəp] [meɪd] ['meni] [tests] [wɪð; wɪθ] [men] [tuː; tə] [lɜːrn] [haʊ] ['ælkəhɔːl] [ə'fektɪd] [ðer; ðər]

Two	doctors	in	Europe	made	many	tests	with	men	to	learn	how	alcohol	affected	their
二	医生	在	欧洲	制成	许多	测试	和	男人	到	学习	如何	酒精	做作的	他们的

['θɪŋkɪŋ] .

thinking	.
思维	.

欧洲两位医生对男性进行了大量测试，以了解酒精如何影响他们的思维。

[ðeɪ] [faʊnd] [ðæt] [wen] ['juːzɪŋ] [waɪn] [ðə; ði] [men] [kʊd; kəd] [duː] [ə'baʊt] [wʌn] [tenθ] [les] [wɜːrk] [ɪn]

They	found	that	when	using	wine	the	men	could	do	about	one	tenth	less	work	in
他们	成立	那	什么时候	使用	葡萄酒	这	男人	可以	做	关于	一	第十	较少的	工作	在

['ædɪŋ] ['nʌmbərz] [ðæn; ðən] [wen] [ðeɪ] [tʊk] [noʊ] [strɔːŋ] [drɪŋk] .

adding	numbers	than	when	they	took	no	strong	drink	.
添加	数字	比	什么时候	他们	采取	不	强的	喝	.

他们发现，与不喝酒相比，喝酒后，男性在加法运算中能完成的工作量大约减少了十分之一。

[ðiːz] ['dɑːktɝz] ['ɔːlsoʊ] ['testɪd] [ðə; ði] [ɪ'fekt] [ʌv; əv]['ælkəhɔːl][ɑːn] ['meməri] [ænd; ənd] [dɪ'skʌvərd] [ðæt]

These	doctors	also	tested	the	effect	of	alcohol	on	memory	and	discovered	that
这些	医生	还	测试	这	影响	的	酒精	在	记忆	和	发现	那

[ðə; ði][juːz][ʌv; əv]['iːv(ə)n] [smɔːl] ['kwɑːntətiz] [ʌv; əv] ['lɪkər] [kɔːzd] [ðer; ðər]['pjuːp(ə)lz][tuː; tə] [lɜːrn] [ðer; ðər]

the	use	of	even	small	quantities	of	liquor	caused	their	pupils	to	learn	their
这	使用	的	甚至	小的	数量	的	酒	导致	他们的	学生	到	学习	他们的

['lesnz; 'lesənz] [mɔːr] ['sloʊli] .

lessons	more	slowly	.
课程	更多的	缓慢地	.

这些医生还测试了酒精对记忆力的影响，发现即使少量饮酒也会导致学生学习速度变慢。

[wen] ['pɝːsənz] [hæv; həv]['teɪkən]['oʊnli][ə; eɪ] ['veri] ['lɪt(ə)l] [drɪŋk] ,

When	persons	have	taken	only	a	very	little	drink	,
什么时候	人	有	已采取	仅有的	一个	非常	小的	喝	,

当人们只喝了很少一点水时，

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	160	]
[	页	-	]

[第160页]

[ðeɪ] ['ɔːf(ə)n] [seɪ] [ænd; ənd][duː] ['veri] ['fuːlɪʃ] [θɪŋz] .

they	often	say	and	do	very	foolish	things	.
他们	经常	说	和	做	非常	愚蠢	事物	.

他们经常说一些很愚蠢的话，做一些很愚蠢的事。

[ðeɪ] ['sʌmtaɪmz] [tel] ['siːkrɪts] , [fɔːr; fər] [wɪtʃ] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['veri] ['sɑːri] [wen] [ðeɪ] [get]['soʊbər] .

They	sometimes	tell	secrets	,	for	which	they	are	very	sorry	when	they	get	sober	.
他们	有时	告诉	秘密	,	为了	哪个	他们	是	非常	对不起	什么时候	他们	得到	清醒	.

他们有时会说出秘密，清醒后会为此感到非常后悔。

['ɔːf(ə)n] [ðeɪ] [bɪ'kʌm] ['æŋgri] [æt; ət][ðə; ði] [liːst] [kɔːz] [ænd; ənd] [straɪk] [ɔːr]['iːv(ə)n] [ʃuːt] ['eni] ['pɜːrs(ə)n]

Often	they	become	angry	at	the	least	cause	and	strike	or	even	shoot	any	person
经常	他们	变得	生气的	在	这	至少	原因	和	罢工	或者	甚至	射击	任何	人

[huː] [siːmz] [tuː; tə] [spiːk] [ɔːr] [wɜːrk] [ə'genst] [ðem; ðəm][ɪn] ['eni] [wei] .

who	seems	to	speak	or	work	against	them	in	any	way	.
WHO	似乎	到	说话	或者	工作	反对	他们	在	任何	方式	.

他们常常因为一点小事就发怒，殴打甚至枪杀任何看起来与他们作对或以任何方式与他们作对的人。

['ælkəhɔːl] [meɪks] ['piːp(ə)l] [stiːl] [ænd; ənd] [kɪl] . — [ðə; ði]['ælkəhɔːl][ɪn] [strɔːŋ] [drɪŋk] , [wen] ['ɔːf(ə)n] [juːst]

Alcohol	makes	People	Steal	and	Kill	.	—	The	alcohol	in	strong	drink	,	when	often	used
酒精	制作	人们	偷	和	杀	.	—	这	酒精	在	强的	喝	,	什么时候	经常	用过的

,

,

,

酒精会使人偷窃杀人。——烈酒中的酒精，在人们经常饮用时，

[ə'pɪrz] [tuː; tə] ['dedn] [ðæt] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [breɪn] [wɪtʃ] ['hɛlps] [ðə; ði][maɪnd] [noʊ] [raɪt] [frʌm; frəm]

appears	to	deaden	that	part	of	the	brain	which	helps	the	mind	know	right	from
出现	到	缓和	那	部分	的	这	脑	哪个	帮助	这	头脑	知道	正确的	从

[rɔːŋ] .

wrong	.
错误的	.

似乎会麻痹大脑中帮助人们分辨是非的部分。

[ɪn] [wʌn] [jɪr] [ðə; ði] [kɔːrts] [ʌv; əv] ['sʌfɔk] ['kaʊnti] [ɪn] [ˌmæsə'tʃuːsɪts] [faʊnd] - ,

In	one	year	the	courts	of	Suffolk	County	in	Massachusetts	found	17	,
在	一	年	这	法院	的	萨福克	县	在	马萨诸塞州	成立	-	,

一年内，马萨诸塞州萨福克县法院发现了 17 起案件。

- ['pɜːsənz] ['gɪlti] [ʌv; əv] ['duːɪŋ] [sʌm; səm] ['wɪkɪdnəs] [ænd; ənd][ɪn]['oʊvər] - ,

000	persons	guilty	of	doing	some	wickedness	and	in	over	12	,
-	人	有罪的	的	正在做	一些	邪恶	和	在	超过	-	,

12,000 人犯有某些罪行，

- [ʌv; əv] [ðiːz] ['keɪsɪz]['ælkəhɔːl][wʌz; wəz] [faʊnd] [tuː; tə][biː; bi][ðə; ði] [kɔːz] [ʌv; əv] ['duːɪŋ] [ðə; ði] [rɔːŋ]

000	of	these	cases	alcohol	was	found	to	be	the	cause	of	doing	the	wrong
-	的	这些	案例	酒精	曾是	成立	到	是	这	原因	的	正在做	这	错误的

[fɔːr; fər] [wɪtʃ] [ðeɪ] [wɜːr; wər] [ə'restɪd] .

for	which	they	were	arrested	.
为了	哪个	他们	是	被捕	.

在这些案件中，有 000 起案件的调查结果显示，饮酒是导致他们犯罪并被逮捕的原因。

[sʌm; səm] [taɪm] [ə'goʊ][ðer; ðər][wɜːr; wər] [kə'lektɪd] [ðə; ði] ['rekərdz] [ʌv; əv] - , - ['prizənəz] , [ænd; ənd]

Some	time	ago	there	were	collected	the	records	of	30	,	000	prisoners	,	and
一些	时间	前	那里	是	集	这	记录	的	-	,	-	囚犯	,	和

[ə'mʌŋ] [ðiːz] ['oʊvər] - ,

among	these	over	12	,
之中	这些	超过	-	,

前段时间收集了3万名囚犯的档案，其中有超过12,000名囚犯的档案。

- [hæd; həd] [dʌn] [ðer; ðər] ['wɪkɪd] [ækts] [waɪl] ['ælkəhɔːl][wʌz; wəz] ['nʌmɪŋ] [ðə; ði] [breɪn] .

000	had	done	their	wicked	acts	while	alcohol	was	numbing	the	brain	.
-	有	完毕	他们的	邪恶	行为	尽管	酒精	曾是	麻木	这	脑	.

000 人在酒精麻痹大脑的时候犯下了罪恶行径。

['leɪtli] [ə'nʌðər] ['kerf(ə)l] ['rekɔːd; rɪ'kɔːd][ʌv; əv]['oʊvər] - , - ['prizənəz] [ɪn] [twelv] ['dɪfrənt] [steɪts]

Lately	another	careful	record	of	over	13	,	000	prisoners	in	twelve	different	states
最近	其他	小心	记录	的	超过	-	,	-	囚犯	在	十二	不同的	各州

[hæz; həz] [bɪn] ['stʌdid] .

has	been	studied	.
有	到过	研究	.

最近，另一份对十二个不同州的 13000 多名囚犯的详细记录也得到了研究。

[ɪn]['oʊvər] - [ʌv; əv] [ðiːz] [men] [ðə; ði] [juːz] [ʌv; əv] [strɔːŋ] [drɪŋk] [wʌz; wəz][ðə; ði][fɜːrst] [kɔːz] [ʌv; əv]

In	over	4000	of	these	men	the	use	of	strong	drink	was	the	first	cause	of
在	超过	-	的	这些	男人	这	使用	的	强的	喝	曾是	这	第一的	原因	的

[ðer; ðər] [kraɪmz] .

their	crimes	.
他们的	犯罪	.

在这 4000 多名男性犯罪者中，饮酒是导致他们犯罪的首要原因。

['ælkəhɔːl] [meɪks] [ðə; ði][maɪnd] [sɪk] . — [sɪns] [ðə; ði][maɪnd] [dɪ'pendz] [ə'pɑːn]['sɜːrt(ə)n][pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði]

Alcohol	makes	the	Mind	Sick	.	—	Since	the	mind	depends	upon	certain	parts	of	the
酒精	制作	这	头脑	生病的	.	—	自从	这	头脑	取决于	之上	肯定	部分	的	这

[breɪn] ,

brain	,
脑	,

酒精会使大脑受损。——由于大脑依赖于大脑的某些部分，

[wət'evər] [hɜːrts][ðə; ði][breɪn][ɪz][kwaɪt] [ʃʊr] [tuː; tə][hɜːrt][ðə; ði][maɪnd] .

whatever	hurts	the	brain	is	quite	sure	to	hurt	the	mind	.
任何	疼痛	这	脑	是	相当	当然	到	伤害	这	头脑	.

任何伤害大脑的东西，都必然会伤害心灵。

[wen] [ðə; ði][maɪnd]['kænɑːt] ['riːz(ə)n] ['raɪtli] , [ðə; ði]['pɜːrs(ə)n][ɪz] [sed] [tuː; tə][biː; bi] [ɪn'seɪn] .

When	the	mind	cannot	reason	rightly	,	the	person	is	said	to	be	insane	.
什么时候	这	头脑	不能	原因	没错	,	这	人	是	说	到	是	疯狂的	.

当一个人的思维无法正确运作时，就被称为精神错乱。

[ə; eɪ] ['stʌdi] [ʌv; əv] - [ɪn'seɪn] [men] [ɪn] [nuː] [jɔːk] [steɪt] [ʃoʊd] [ðæt] [ðə; ði] [juːz] [ʌv; əv] [ˌælkə'hɑːlɪk]

A	study	of	2000	insane	men	in	New	York	State	showed	that	the	use	of	alcoholic
一个	学习	的	-	疯狂的	男人	在	新的	约克	状态	显示	那	这	使用	的	酗酒者

[drɪŋk] [wʌz; wəz] [ðə; ði] [kɔːz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [maɪnd] ['sɪknəs] [ɪn] ['oʊvər] -

drink	was	the	cause	of	the	mind	sickness	in	over	500
喝	曾是	这	原因	的	这	头脑	疾病	在	超过	-

纽约州一项针对2000名精神病患者的研究表明，超过500名患者的精神疾病是由饮酒引起的。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	161	]
[	页	-	]

[第161页]

[ʌv; əv] [ðem; ðəm] .

of	them	.
的	他们	.

他们中的。

[ʌv; əv] - ['pɝːsənz] [ɪn] [ˌmæsə'tʃuːsɪts] [huː] [wɜːr; wər] [soʊ] [ɪn'seɪn] [ðæt] [ðeɪ] [hæd; həd] [tuː; tə] [biː; bi]

Of	687	persons	in	Massachusetts	who	were	so	insane	that	they	had	to	be
的	-	人	在	马萨诸塞州	WHO	是	所以	疯狂的	那	他们	有	到	是

[kɛəd] [fɔːr; fər] ['deɪli] [baɪ] ['ʌðər] ,

cared	for	daily	by	others	,
关心	为了	日常的	经过	其他的	,

在马萨诸塞州，有687人精神极度失常，需要他人每日照料。

[mɔːr] [ðæn; ðən] - [ʌv; əv] [ðem; ðəm] [wɜːr; wər] [brɔːt] [tuː; tə] [ðɪs] [sæd] [kən'dɪʃ(ə)n] [baɪ] ['ælkəhɔːl] .

more	than	200	of	them	were	brought	to	this	sad	condition	by	alcohol	.
更多的	比	-	的	他们	是	带来	到	这	伤心	状况	经过	酒精	.

其中200多人因酗酒而落到如此悲惨的境地。

[breɪn] [ʌv; əv] [ðə; ði] [jʌŋ] ['iːzəli] [ˌoʊvər'kʌm] [baɪ] ['ælkəhɔːl] . — [noʊ] [wʌn] [iks'pekts] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ]

Brain	of	the	Young	easily	overcome	by	Alcohol	.	—	No	one	expects	to	become	a
脑	的	这	年轻的	容易地	克服	经过	酒精	.	—	不	一	预期	到	变得	一个

['drʌŋkərd] [ɔːr] [ə; eɪ] ['krɪmɪn(ə)l] [wen] [hiː; hi] [fɜːrst] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] [drɪŋk] .

drunkard	or	a	criminal	when	he	first	begins	to	drink	.
酒鬼	或者	一个	刑事	什么时候	他	第一的	开始	到	喝	.

年轻人的大脑很容易被酒精控制。——没有人会在第一次喝酒时预料到自己会变成酒鬼或罪犯。

[ðə; ði] [kən'tɪnjuːd] [juːz] [ʌv; əv] ['ælkəhɔːl] , [haʊ'evər] , [suːn] [nʌmz] [ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] ['wiːkənz] [ðə; ði]

The	continued	use	of	alcohol	,	however	,	soon	numbs	the	brain	and	weakens	the
这	持续	使用	的	酒精	,	然而	,	很快	麻木	这	脑	和	减弱	这

[maɪnd] ,

mind	,
头脑	,

然而，持续饮酒很快就会麻痹大脑，削弱思维能力。

[soʊ] [ðæt] [ðə; ði] ['pɝːsənz] [wɪl] ['paʊər] [ɪz] [lɔːst] .

so	that	the	person's	will	power	is	lost	.
所以	那	这	人的	将要	力量	是	丢失的	.

这样一来，人的意志力就丧失了。

[hiː; hi] [ɪz] [ðen] [nɑːt] ['eɪb(ə)l] [tuː; tə] [kwɪt] ['drɪŋkɪŋ] ['iːv(ə)n] [ðoʊ] [hiː; hi] ['wɒnts] [tuː; tə] [stɑːp] .

He	is	then	not	able	to	quit	drinking	even	though	he	wants	to	stop	.
他	是	然后	不是	有能力的	到	辞职	喝	甚至	尽管	他	想要	到	停止	.

即使他想戒酒，也无法戒掉。

[hiː; hi] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ] [sleɪv] [tuː; tə] ['ælkəhɔːl] .

He	has	become	a	slave	to	alcohol	.
他	有	变得	一个	奴隶	到	酒精	.

他已经成了酒精的奴隶。

[ðə; ði] [breɪn] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [jʌŋ] ['pɜːrs(ə)n] [ɪz] ['ɪndʒərd] [mʌtʃ] [mɔːr] ['kwɪkli] [baɪ] ['ælkəhɔːl] [ðæn; ðən] [ðæt]

The	brain	of	a	young	person	is	injured	much	more	quickly	by	alcohol	than	that
这	脑	的	一个	年轻的	人	是	受伤	很多	更多的	迅速地	经过	酒精	比	那

[ʌv; əv] [æn; ən] ['oʊldər] ['pɜːrs(ə)n] [ænd; ənd] [hiː; hi] [ɪz] [mʌtʃ] [mɔːr] ['laɪkli] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ] [sleɪv] [ðæn; ðən]

of	an	older	person	and	he	is	much	more	likely	to	become	a	slave	than
的	一个	老	人	和	他	是	很多	更多的	可能	到	变得	一个	奴隶	比

[wʌn] [huː] [bɪ'gɪnz] [ðə; ði] [juːz] [ʌv; əv] [drɪŋk] [leɪt] [ɪn] [laɪf] .

one	who	begins	the	use	of	drink	late	in	life	.
一	WHO	开始	这	使用	的	喝	晚的	在	生活	.

年轻人的大脑比老年人的大脑更容易受到酒精的损害，而且年轻人比晚年开始饮酒的人更容易沦为奴隶。

['dɑːktər] ['læmbərt] , [ʌv; əv] [nuː] [jɔːk] , ['stʌdid] [ðə; ði] ['keɪsɪz] [ʌv; əv] - [sleɪvz] [tuː; tə] ['ælkəhɔːl] .

Doctor	Lambert	,	of	New	York	,	studied	the	cases	of	259	slaves	to	alcohol	.
医生	兰伯特	,	的	新的	约克	,	研究	这	案例	的	-	奴隶	到	酒精	.

来自纽约的兰伯特医生研究了 259 名酗酒成瘾者的案例。

[hiː; hi] ['lɜːrnɪd] [ðæt] [fɔːr] [bɪ'gæn] [tuː; tə] [drɪŋk] [bɪ'fɔːr] [sɪks] ['jɪrz] [ʌv; əv] [eɪdʒ] ;

He	learned	that	four	began	to	drink	before	six	years	of	age	;
他	学习	那	四	开始	到	喝	前	六	年	的	年龄	;

他了解到，其中四人不到六岁就开始喝酒；

[ˌθɜːr'tiːn] [bɪ'twiːn] [sɪks] [ænd; ənd] [twelv] ['jɪrz] [ʌv; əv] [eɪdʒ] ; ['sɪksti] , [bɪ'twiːn] [twelv] [ænd; ənd]

thirteen	between	six	and	twelve	years	of	age	;	sixty	,	between	twelve	and
十三	之间	六	和	十二	年	的	年龄	;	六十	,	之间	十二	和

[ˌsɪks'tiːn] ['jɪrz] ;

sixteen	years	;
十六	年	;

十三，年龄在六岁至十二岁之间；六十，年龄在十二岁至十六岁之间；

- [bɪ'twiːn] [ˌsɪks'tiːn] [ænd; ənd] ['twenti] - [wʌn] ['jɪrz] ; ['sev(ə)nti] - [wʌn] , [bɪ'twiːn] ['twenti] - [wʌn]

102	between	sixteen	and	twenty	-	one	years	;	seventy	-	one	,	between	twenty	-	one
-	之间	十六	和	二十	-	一	年	;	七十	-	一	,	之间	二十	-	一

[ænd; ənd] ['θɜːrti] ['jɪrz] ;

and	thirty	years	;
和	三十	年	;

102 年龄在 16 岁至 21 岁之间；71 年龄在 21 岁至 30 岁之间；

[ænd; ənd] ['oʊnli] [eɪt] ['æftər] ['θɜːrti] ['jɪrz] [ʌv; əv] [eɪdʒ] .

and	only	eight	after	thirty	years	of	age	.
和	仅有的	八	后	三十	年	的	年龄	.

三十岁之后才八岁。

[ðiːz] [fækts] [tiːtʃ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['deɪndʒərəs] [fɔːr; fər] [ðə; ði] [jʌŋ] [tuː; tə] [teɪk] [strɔːŋ] [drɪŋk] [æt; ət]

These	facts	teach	that	it	is	dangerous	for	the	young	to	take	strong	drink	at
这些	事实	教	那	它	是	危险的	为了	这	年轻的	到	拿	强的	喝	在

['eni] [taɪm] .

any	time	.
任何	时间	.

这些事实表明，年轻人任何时候饮用烈性酒都是危险的。

[lɔːz] [ə'genst] ['ælkəhɔːl] . — [ðə; ði] [men] [huː] [meɪk] [lɔːz] [fɔːr; fər] [ðə; ði] [gʊd] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['piːp(ə)l]

Laws	against	Alcohol	.	—	The	men	who	make	laws	for	the	good	of	the	people
法律	反对	酒精	.	—	这	男人	WHO	制作	法律	为了	这	好的	的	这	人们

[ɑːr; ər] ['lɜːrnɪŋ] [ðæt] ['ælkəhɔːl] [ɪz] ['ɪndʒərɪŋ] [ðə; ði] [maɪnd] [ænd; ənd] ['bɑːdi] [ʌv; əv] ['meni] ['pɜːrsənz] ['evri]

are	learning	that	alcohol	is	injuring	the	mind	and	body	of	many	persons	every
是	学习	那	酒精	是	受伤	这	头脑	和	身体	的	许多	人	每一个

禁酒法——那些为人民谋福祉而制定法律的人们逐渐意识到，酒精正在损害许多人的身心健康。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	162	]
[	页	-	]

[jɪr] .
year **.**
年 .

年。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [lɔːz] [hæv; həv] ['leɪtli] [bɪn] [pæst] [fər'bɪdɪŋ] [ðə; ði] [seɪl] [ʌv; əv] [strɔːŋ] [drɪŋk] [ɪn]
For **this** **reason** **laws** **have** **lately** **been** **passed** **forbidding** **the** **sale** **of** **strong** **drink** **in**
为了 这 原因 法律 有 最近 到过 通过了 禁止 这 销售 的 强的 喝 在
['sevrəl] [ɪn'taɪər] [steɪts] [ænd; ənd][ɪn][lɑːrdʒ][pɑːrts][ʌv; əv] ['meni] ['ʌðər] [steɪts] .
several **entire** **states** **and** **in** **large** **parts** **of** **many** **other** **states** **.**
一些 全部的 各州 和 在 大的 部分 的 许多 其他 各州 .

因此，最近一些州以及许多其他州的大部分地区都通过了法律，禁止销售烈性酒。

[tə'bækoʊ] [meɪks] [ðə; ði] [breɪn] [wɜːrk] ['sloʊər] . — [æn; ən][ɪg,zæmɪ'neɪʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði][eɪdʒ][ænd; ənd]
Tobacco **makes** **the** **Brain** **work** **Slower** **.** **—** **An** **examination** **of** **the** **age** **and**
烟草 制作 这 脑 工作 慢点 . — 一个 考试 的 这 年龄 和
['hæbɪts][ʌv; əv] ['hʌndrədz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['stjʊdnts] ['entərɪŋ] [ə; eɪ][lɑːrdʒ][ˌjuːnɪ'vɜːrsəti][ɪn] [nuː] ['ɪŋgləɪnd]
habits **of** **hundreds** **of** **the** **students** **entering** **a** **large** **university** **in** **New** **England**
习惯 的 数百 的 这 学生 进入 一个 大的 大学 在 新的 英格兰
[ʃoʊd] [ðæt] [ðoʊz] [huː] [smoʊkt] [rɪ'kwaɪərd] [mɔːr] [ðæn; ðən][ə; eɪ] [jɪr] [lɔːŋgər][ðæn; ðən] [ðoʊz] [huː]
showed **that** **those** **who** **smoked** **required** **more** **than** **a** **year** **longer** **than** **those** **who**
显示 那 那些 WHO 熏制 必需的 更多的 比 一个 年 更长 比 那些 WHO
[dɪd][nɑːt][juːz][tə'bækoʊ] ,
did **not** **use** **tobacco** **,**
做过 不是 使用 烟草 ,

烟草会减缓大脑运转速度。——一项对新英格兰一所大型大学数百名新生年龄和习惯的调查显示，吸烟者比不吸烟者需要多一年多的时间才能完成学业。

[tuː; tə] [lɜːrn] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] ['entər] [ðə; ði][fɜːrst] ['klæsɪz] [ɪn] [ðɪs] [skuːl] .
to **learn** **enough** **to** **enter** **the** **first** **classes** **in** **this** **school** **.**
到 学习 足够的 到 进入 这 第一的 课程 在 这 学校 .

学习足够的知识，以便能够进入这所学校的一年级学习。

[mɔːr'oʊvər] ,
Moreover **,**
而且 ,

而且，

[aʊt] [ʌv; əv] ['evri] ['hʌndrəd] [ʌv; əv] [ðoʊz] [huː] [tʊk] [ðə; ði][haɪɪst; 'haɪəst][ræŋk][ɪn][ðer; ðər][wɜːrk][ɪn][ðə; ði]
out **of** **every** **hundred** **of** **those** **who** **took** **the** **highest** **rank** **in** **their** **work** **in** **the**
出去 的 每一个 百 的 那些 WHO 采取 这 最高 秩 在 他们的 工作 在 这
[ˌjuːnɪ'vɜːrsəti] ,
university **,**
大学 ,

在大学里所有取得最高成绩的100人中，

['naɪnti] - [faɪv] [dɪd][nɑːt][juːz][tə'bækoʊ] .
ninety **-** **five** **did** **not** **use** **tobacco** **.**
九十 - 五 做过 不是 使用 烟草 .

95人不使用烟草。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['laɪkli] [ðæt] [tə'bækoʊ] [meɪks] [ðə; ði][maɪnd][wɜːrk] ['sloʊər] [baɪ] [priˈventɪŋ] [ðə; ði] [fʊl] [ə'maʊnt]
It **is** **likely** **that** **tobacco** **makes** **the** **mind** **work** **slower** **by** **preventing** **the** **full** **amount**
它 是 可能 那 烟草 制作 这 头脑 工作 慢点 经过 预防 这 满的 数量
[ʌv; əv] [blʌd] [frʌm; frəm]['goʊɪŋ][tuː; tə][ðə; ði][breɪn] .
of **blood** **from** **going** **to** **the** **brain** **.**
的 血 从 去 到 这 脑 .

烟草可能会阻碍大脑获得充足的血液，从而导致思维运转减慢。

[ˌaɪ ˈtiː] [dʌz] [ðɪs] [baɪ] [ˈmeɪkɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] [ˈves(ə)lz] [ˈsmɔːlər] .

It	does	this	by	making	the	blood	vessels	smaller	.
它	做	这	经过	制作	这	血	船只	较小的	.

它的作用原理是使血管收缩。

[soʊ][fɑːr][æz; əz] [noʊn] [təˈbækoʊ][hæz; həz][bʌt; bət][ˈlɪt(ə)l] [ɪˈfekt] [əˈpɑːn][ðə; ði] [breɪnz] [ʌv; əv][ˈoʊldər] [ˈpɝːsənz] .

So	far	as	known	tobacco	has	but	little	effect	upon	the	brains	of	older	persons	.
所以	远的	作为	已知	烟草	有	但	小的	影响	之上	这	大脑	的	老	人	.

就目前所知，烟草对老年人的大脑影响甚微。

[ˌsuːpərɪnˈtendənt] [ˈɑːg] [ʌv; əv][ˌɪndiˈænə] [rɪˈpɔːrts] [ðæt] [ðə; ði] [əˈkeɪʒən(ə)l] [ˈjʊzər] [ʌv; əv] [sɪgəˈrets] [ɑːr; ər] [ə; eɪ] [jɪr] ,

Superintendent	Ogg	of	Indiana	reports	that	the	occasional	users	of	cigarettes	are	a	year	,
校长	奥格	的	印第安纳州	报告	那	这	偶然	用户	的	香烟	是	一个	年	,

印第安纳州警长奥格报告称，偶尔吸烟者占全年人口的100%。

[ænd; ənd][ðə; ði]['regjələr] ['jʊzər] [tuː] ['jɪrz] , [bɪˈhaɪnd] [ðoʊz] [huː] [duː][nɑːt] [smoʊk] .

and	the	regular	users	two	years	,	behind	those	who	do	not	smoke	.
和	这	常规的	用户	二	年	,	在后面	那些	WHO	做	不是	抽烟	.

经常吸烟的人比不吸烟的人晚两年。

[ðə; ði] [kənˈdʌkt] [ænd; ənd] ['ɑːnəsti] [ʌv; əv][ðə; ði]['smoʊkərz][wɜːr; wər]['ɔːlsoʊ] [faʊnd] [tuː; tə][biː; bi] ['loʊər] [ðæn; ðən] [əˈmʌŋ] [ðoʊz] [huː] [dɪd][nɑːt] [smoʊk] .

The	conduct	and	honesty	of	the	smokers	were	also	found	to	be	lower	than	among	those	who	did	not	smoke	.
这	执行	和	诚实	的	这	吸烟者	是	还	成立	到	是	降低	比	之中	那些	WHO	做过	不是	抽烟	.

研究还发现，吸烟者的行为举止和诚实度低于不吸烟者。

['oʊpiəm] , ['mɔːrfiːn] , [ænd; ənd] [koʊˈkeɪn] . — [ɔːl] [ʌv; əv] [ðiːz] ['hɑːrmf(ə)l] [drʌgz] [ɑːr; ər] ['waɪdli] [juːst] [ɪn] ['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] .

Opium	,	Morphine	,	and	Cocaine	.	—	All	of	these	harmful	drugs	are	widely	used	in	our	country	.
鸦片	,	吗啡	,	和	可卡因	.	—	全部	的	这些	有害	药物	是	广泛	用过的	在	我们的	国家	.

鸦片、吗啡和可卡因——这些有害毒品在我国都被广泛使用。

[ðeɪ] [ækt][ɑːn][ðə; ði] [breɪn] [ɪn][ə; eɪ] [streɪndʒ] [weɪ] .

They	act	on	the	brain	in	a	strange	way	.
他们	行为	在	这	脑	在	一个	奇怪的	方式	.

它们对大脑的作用方式很奇特。

[ɔːl] [ʌv; əv][ðem; ðəm] ['dedn] [peɪn] .

All	of	them	deaden	pain	.
全部	的	他们	缓和	疼痛	.

它们都能麻痹疼痛。

[wen] [ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n][fɜːrst] [bɪˈgɪnz] [ðer; ðər][juːz] ,

When	a	person	first	begins	their	use	,
什么时候	一个	人	第一的	开始	他们的	使用	,

当一个人第一次开始使用时，

['oʊnli][ə; eɪ] [smɔːl] [əˈmaʊnt] [ɪz][rɪˈkwaɪərd][tuː; tə] [prəˈduːs] [ðə; ði] [ɪˈfekt] ['wɑːntɪd]

only	a	small	amount	is	required	to	produce	the	effect	wanted
仅有的	一个	小的	数量	是	必需的	到	生产	这	影响	通缉

只需少量即可产生所需效果。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 163]
[页 -]

[第163页]

[ɑːn][ðə; ði]['bɑːdi] .
on the body .
在 这 身体 .

在身上。

['leɪtər][ðə; ði]['doʊsɪz][mʌst; məst][biː; bi] [ɪn'kriːst] .
Later the doses must be increased .
之后 这 剂量 必须 是 增加 .

之后需要增加剂量。

['æftər][ə; eɪ][fjuː] [mʌnθs] - [juːz][ðə; ði]['pɜːrs(ə)n] [bɪ'kʌmz] [ə; eɪ][sleɪv][tuː; tə][ðə; ði]['hæbɪt][ʌv; əv]['juːzɪŋ]
After a few months ' use the person becomes a slave to the habit of using
后 一个 很少 几个月 - 使用 这 人 变成 一个 奴隶 到 这 习惯 的 使用
[ðem; ðəm] ,
them ,
他们 ,

使用几个月后，这个人就会养成依赖使用这些产品的习惯。

[ænd; ənd][hiː; hi]['kænɑːt][stɑːp][ðer; ðər][juːz] [wɪ'ðaʊt] [ðə; ði][help][ʌv; əv][ə; eɪ]['dɑːktər] .
and he cannot stop their use without the help of a doctor .
和 他 不能 停止 他们的 使用 没有 这 帮助 的 一个 医生 .

没有医生的帮助，他无法停止使用这些药物。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['ðerfɔːr] ['deɪndʒərəs][tuː; tə][juːz] [ðiːz] [drʌgz][æt; ət]['eni][taɪm] .
It is therefore dangerous to use these drugs at any time .
它 是 所以 危险的 到 使用 这些 药物 在 任何 时间 .

因此，任何时候使用这些药物都是危险的。

['paudəz] [juːst][fɔːr; fər]['koʊldz][ɪn][ðə; ði][noʊz] , ['ɔːlsoʊ][ˌpærə'gɑːrɪk][ænd; ənd] ['lɔːdənəm] , [kən'teɪn] [ðiːz]
Powders used for colds in the nose , also paregoric and laudanum , contain these
粉末 用过的 为了 感冒 在 这 鼻子 , 还 止痛药 和 鸦片酊 , 包含 这些
['hɑːrmf(ə)l][drʌgz] .
harmful drugs .
有害 药物 .

用于治疗鼻感冒的粉剂，以及复方樟脑和鸦片酊，都含有这些有害药物。

[peɪn] ['kɪlərz] [ænd; ənd] ['suːðɪŋ] ['sɪrəp; 'serəp] . — [ɔːl][peɪn] ['kɪlərz] [kən'teɪn]['oʊpiəm][ɔːr] ['mɔːrfiːn] [ɔːr]
Pain Killers and Soothing Sirups . — All pain killers contain opium or morphine or
疼痛 杀手 和 舒缓 糖浆 . — 全部 疼痛 杀手 包含 鸦片 或者 吗啡 或者
['ʌðər] ['hɑːrmf(ə)l][drʌgz] .
other harmful drugs .
其他 有害 药物 .

止痛药和舒缓糖浆——所有止痛药都含有鸦片、吗啡或其他有害药物。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] ['ðerfɔːr] ['deɪndʒərəs][tuː; tə][juːz] .
They are therefore dangerous to use .
他们 是 所以 危险的 到 使用 .

因此，使用它们是危险的。

[peɪn][ɪz]['juːsf(ə)l][ɪn] ['telɪŋ] [ˌjuː 'es][ðæt][sʌm; səm]['ɔːrgən][ɪz][aʊt][ʌv; əv]['ɔːrdər][ænd; ənd] [niːdz] [ker] .
Pain is useful in telling us that some organ is out of order and needs care .
疼痛 是 有用 在 讲述 我们 那 一些 器官 是 出去 的 命令 和 需求 关心 .

疼痛有助于告诉我们某个器官出了问题，需要治疗。

['kɪlɪŋ] [ðə; ði][peɪn] [dʌz] [nɑːt][help][ðə; ði] [sɪk] ['ɔːrgən] ,
Killing the pain does not help the sick organ ,
杀戮 这 疼痛 做 不是 帮助 这 生病的 器官 ,

止痛并不能帮助患病器官。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [let][ðə; ðiː]['ɔːrgən][get][soʊ] [sɪk] [æz; əz][tuː; tə] [kɔːz] [deθ] .

and	it	may	let	the	organ	get	so	sick	as	to	cause	death	.
和	它	可能	让	这	器官	得到	所以	生病的	作为	到	原因	死亡	.

而且它可能导致器官严重病变，最终导致死亡。

[wʌn] [juːz][ʌv; əv][ðə; ðiː] [nəːvs] [ɪz][tuː; tə] [tel] [ˌjuː 'es] [wen] ['eni] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ðiː]['bɑːdi][ɪz][hɜːrt][ɔːr] [sɪk] .

One	use	of	the	nerves	is	to	tell	us	when	any	part	of	the	body	is	hurt	or	sick	.
一	使用	的	这	神经	是	到	告诉	我们	什么时候	任何	部分	的	这	身体	是	伤害	或者	生病的	.

神经的一个用途是告诉我们身体的任何部位何时受伤或生病。

[peɪn] [ɪz] ['neɪtʃɝz] ['wɔːrnɪŋ] ,

Pain	is	nature's	warning	,
疼痛	是	自然的	警告	,

痛苦是大自然的警告。

[ænd; ənd][tuː; tə] [nʌm] [ðə; ðiː] [nəːvs] [wɪtʃ] [tel] [ˌjuː 'es] [ə'baʊt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][æz; əz] ['fuːlɪʃ] [æz; əz][tuː; tə] [kɪl]

and	to	numb	the	nerves	which	tell	us	about	it	is	as	foolish	as	to	kill
和	到	麻木的	这	神经	哪个	告诉	我们	关于	它	是	作为	愚蠢	作为	到	杀

[ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][hiː; hi] [brɪŋz] [ˌjuː 'es][bæd] [nuːz] .

a	person	because	he	brings	us	bad	news	.
一个	人	因为	他	带来	我们	坏的	消息	.

麻痹那些告诉我们真相的神经，就如同因为某人带来坏消息而杀了他一样愚蠢。

[noʊ]['medɪs(ə)n] [ʃʊd; ʃəd] ['evər][biː; bi]['gɪv(ə)n] ['tʃɪldrən] [tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm] [sliːp] [ɔːr][stɑːp][ðer; ðər]

No	medicine	should	ever	be	given	children	to	make	them	sleep	or	stop	their
不	药品	应该	曾经	是	给定	孩子们	到	制作	他们	睡觉	或者	停止	他们的

['kraɪɪŋ] [ɪk'sept] [baɪ][ðə; ðiː] [əd'vaɪs] [ʌv; əv][ðə; ðiː] [fɪ'zɪʃ(ə)n] .

crying	except	by	the	advice	of	the	physician	.
哭泣	除了	经过	这	建议	的	这	医生	.

未经医生建议，绝不应给儿童服用任何药物来帮助他们入睡或止哭。

['paudəz] [ænd; ənd] [pɪlz] . — [ɪf] [juː; jʊ] [get] [sɪk] ,

Powders	and	Pills	.	—	If	you	get	sick	,
粉末	和	药片	.	—	如果	你	得到	生病的	,

粉剂和药片——如果你生病了，

[duː][nɑːt][traɪ][tuː; tə] [kjʊr] [jɔːr'self] [wɪð; wɪθ] [pɪlz] [ɔːr] ['paudəz] [bɔːt] [æt; ət][ðə; ðiː] [stɔːr] .

do	not	try	to	cure	yourself	with	pills	or	powders	bought	at	the	store	.
做	不是	尝试	到	治愈	你自己	和	药片	或者	粉末	买	在	这	店铺	.

不要试图用在商店购买的药丸或药粉来治愈自己。

[sʌm; səm][ʌv; əv] [ðiːz] ['medsnz] [kən'teɪn] ['pɔizənz] [wɪtʃ] [hɜːrt][ðə; ðiː] [hɑːrt] [ɔːr] ['ʌðər] ['ɔrgənz] .

Some	of	these	medicines	contain	poisons	which	hurt	the	heart	or	other	organs	.
一些	的	这些	药物	包含	毒药	哪个	伤害	这	心	或者	其他	器官	.

这些药物中有些含有毒素，会损害心脏或其他器官。

[ə; eɪ] ['nʌmbər] [ʌv; əv] ['pɜːrsənz] [hæv; həv] [bɪn] [kɪld] [baɪ] ['teɪkɪŋ] [sʌtʃ] ['medsnz] .

A	number	of	persons	have	been	killed	by	taking	such	medicines	.
一个	数字	的	人	有	到过	被杀	经过	采取	这样的	药物	.

服用此类药物已导致多人死亡。

[wen] [juː; jʊ][ɑːr; ər] [sɪk] , [goʊ][tuː; tə][ə; eɪ] [gʊd] ['dɑːktər] [huː] [ˌʌndə'stændz] [haʊ] [ðə; ðiː] ['ɔrgənz] [ʃʊd; ʃəd] [wɜːrk] ,

When	you	are	sick	,	go	to	a	good	doctor	who	understands	how	the	organs	should	work	,
什么时候	你	是	生病的	,	去	到	一个	好的	医生	WHO	明白	如何	这	器官	应该	工作	,

生病时，要去看一位了解人体器官正常运作的优秀医生。

[ænd; ənd][hiː; hi] [wɪl] [faɪnd] [wɪtʃ] [wʌn][ɪz] [aʊt]

and	he	will	find	which	one	is	out
和	他	将要	寻找	哪个	一	是	出去

他会找出哪个出局了。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 164]
[页 -]

[第164页]

[ʌv; əv]['ɔːrdər][ænd; ənd] [tel] [juː; jʊ][ɪg'zæktli] [wʌt] ['medɪs(ə)n][juː; jʊ] [niːd] [ænd; ənd] [wʌt] [tuː; tə] [iːt] [ɪn]
of order and tell you exactly what medicine you need and what to eat in
的 命令 和 告诉 你 确切地 什么 药品 你 需要 和 什么 到 吃 在
['ɔːrdər][tuː; tə][get] [wel] ['kwɪkli] .
order to get well quickly .
命令 到 得到 出色地 迅速地 .

他会告诉你你需要哪些药物以及应该吃什么才能尽快康复。

[tiː] [ænd; ənd] ['kɔːfi] . — [ðiːz] [drɪŋks] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [weɪk] [ʌp][ðə; ði][breɪn][ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː]
Tea and Coffee . — These drinks usually wake up the brain and make it
茶 和 咖啡 . — 这些 饮料 通常 唤醒 向上 这 脑 和 制作 它
[wɜːrk] ['betər] [fɔːr; fər][ə; eɪ][taɪm] .
work better for a time .
工作 更好的 为了 一个 时间 .

茶和咖啡——这些饮料通常能唤醒大脑，使其在一段时间内更好地运转。

[ɪf] [tuː] [mʌtʃ] [ʌv; əv][ðem; ðəm][ɪz] [juːst] ,
If too much of them is used ,
如果 也 很多 的 他们 是 用过的 ,

如果使用过量，

[ðeɪ] [meɪ] [ɪk'saɪt] [ðə; ði][breɪn][ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [wei] [æz; əz][tuː; tə] [meɪk] ['pɜːsənz] ['nɜːrvəs] .
they may excite the brain in such a way as to make persons nervous .
他们 可能 激发 这 脑 在 这样的 一个 方式 作为 到 制作 人 紧张的 .

它们可能会刺激大脑，使人感到紧张。

[ɪf] ['teɪkən][fɔːr; fər] ['sʌpər] , [ðeɪ] [meɪ] [prɪ'vent] [sliːp] .
If taken for supper , they may prevent sleep .
如果 已采取 为了 晚餐 , 他们 可能 防止 睡觉 .

如果晚餐服用，可能会影响睡眠。

['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd][nɑːt][juːz] ['iːðər] [tiː] [ɔːr] ['kɔːfi] .
Children should not use either tea or coffee .
孩子们 应该 不是 使用 任何一个 茶 或者 咖啡 .

儿童不应饮用茶或咖啡。

[tiː] ['sʌmtaɪmz] [di'stəːbz] [daɪ'dʒestʃən] , [ænd; ənd] ['kɔːfi] [meɪ] ['ɪndʒər][bəuθ][ðə; ði] ['stʌmək] [ænd; ənd]
Tea sometimes disturbs digestion , and coffee may injure both the stomach and
茶 有时 扰乱 消化 , 和 咖啡 可能 损伤 两个都 这 胃 和
[ðə; ði] [hɑːrt] .
the heart .
这 心 .

茶有时会扰乱消化，而咖啡可能会损害胃和心脏。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .
PRACTICAL QUESTIONS1 .
实际的 QUESTIONS1 .

实践问题1.

[wʌt] [ɪz][ə; eɪ][nɑːr'kɑːtɪk] ?
What is a narcotic ?
什么 是 一个 麻醉剂 ?

什么是麻醉品?

[ˌtuː'tuː] . [neɪm] [sʌm; səm][nɑːr'kɑːtɪks] . [θriː] .
2 . Name some narcotics . 3 .
2 . 姓名 一些 毒品 . 3 .

2. 请列举一些麻醉品。3.

[wʌt] [ɪz][ə; eɪ] ['stɪmjələnt] ? [fɔːr] .

What	is	a	stimulant	?	4	.
什么	是	一个	兴奋剂	?	4	.

什么是兴奋剂？4.

[neɪm] [sʌm; səm]['stimjuləntsˌ] . [faɪv] .

Name	some	stimulants	.	5	.
姓名	一些	兴奋剂	.	5	.

列举一些兴奋剂。5.

[haʊ] [lɔːŋ] [bɪ'fɔːr] ['ælkəhɔːl]['teɪkən] ['riːtʃɪz] [ðə; ðɪ] [breɪn] ? [sɪks] .

How	long	before	alcohol	taken	reaches	the	brain	?	6	.
如何	长的	前	酒精	已采取	到达	这	脑	?	6	.

酒精需要多长时间才能到达大脑？6.

[wʌt] [ɪ'fekt] [dʌz] [strɔːŋ] [drɪŋk] [hæv; həv][ɑːn][ðə; ðɪ] [breɪn] ? ['sɛvən] .

What	effect	does	strong	drink	have	on	the	brain	?	7	.
什么	影响	做	强的	喝	有	在	这	脑	?	7	.

烈性酒对大脑有什么影响？7.

[dʌz] ['ælkəhɔːl] [help] [ˌjuː 'es] [θɪŋk] ['betər] ? [eɪt] .

Does	alcohol	help	us	think	better	?	8	.
做	酒精	帮助	我们	思考	更好的	?	8	.

酒精能帮助我们更好地思考吗？8.

[wʌt] [fækts] [ʃoʊ] [ðæt] ['ælkəhɔːl] [sendz] [men] [tuː; tə] ['prɪzn] ? [naɪn] .

What	facts	show	that	alcohol	sends	men	to	prison	?	9	.
什么	事实	展示	那	酒精	发送	男人	到	监狱	?	9	.

有哪些事实表明酒精会导致男性入狱？9.

[wʌt] [ʃoʊz] [ðæt] ['ælkəhɔːl] [meɪks] [ðə; ðɪ][maɪnd] [sɪk] ? - .

What	shows	that	alcohol	makes	the	mind	sick	?	10	.
什么	演出	那	酒精	制作	这	头脑	生病的	?	-	.

哪些证据表明酒精会使人精神错乱？10.

[waɪ] [ɪz][ˌaɪ 'tiː] ['deɪndʒərəs] [fɔːr; fər][ðə; ðɪ] [jʌŋ] [tuː; tə] [teɪk] [strɔːŋ] [drɪŋk] ? - .

Why	is	it	dangerous	for	the	young	to	take	strong	drink	?	11	.
为什么	是	它	危险的	为了	这	年轻的	到	拿	强的	喝	?	-	.

为什么年轻人饮用烈性酒很危险？11.

[wʌt] [ʃoʊz] [ðæt] [tə'bækoʊ] [meɪks] [ðə; ðɪ] [breɪn] [wɜːrk] ['sloʊər] ? - .

What	shows	that	tobacco	makes	the	brain	work	slower	?	12	.
什么	演出	那	烟草	制作	这	脑	工作	慢点	?	-	.

有什么证据表明吸烟会减缓大脑运转速度？12.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ][nɑːt][juːz]['oʊpiəm][ɔːr] ['mɔːrfiːn] ? - .

Why	should	you	not	use	opium	or	morphine	?	13	.
为什么	应该	你	不是	使用	鸦片	或者	吗啡	?	-	.

为什么不应该使用鸦片或吗啡？13.

[wʌt] [duː] [peɪn] ['kɪlərz] [kən'teɪn] ?

What	do	pain	killers	contain	?
什么	做	疼痛	杀手	包含	?

止痛药的成分是什么？

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	165	]
[	页	-	]

[第165页]

['tʃæptər] [ˌɛks'ɛks'aɪ'aɪ]

CHAPTER	XXII
章	二十二

第二十二章

[ðə; ði] ['sensɪz] , [ɔ:r] [dɔ:z] [ʌv; əv] ['nɑ:lɪdʒ]

THE	SENSES	,	OR	DOORS	OF	KNOWLEDGE
这	感官	, 或者		门	的	知识

感官，或知识之门

[ðə; ði] ['ɔrgənz] [ʌv; əv] [sens] . — [ɪn]['ɔ:rdər] [ðæt] ['aʊər; ɑ:r]['bɑ:di] [meɪ] [ki:p] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] [wei] [ʌv; əv]

The	Organs	of	Sense	.	—	In	order	that	our	body	may	keep	out	of	the	way	of
这	器官	的	感觉	.	—	在	命令	那	我们的	身体	可能	保持	出去	的	这	方式	的

['ʌðər] ['pɜ:sənz] [ænd; ənd][faɪnd] [fu:d] [ænd; ənd] [drɪŋk] [ænd; ənd][du:][ɪts] [wɜ:rk] ,

other	persons	and	find	food	and	drink	and	do	its	work	,
其他	人	和	寻找	食物	和	喝	和	做	它是	工作	,

感觉器官——为了使我们的身体能够避开他人，找到食物和水，并完成其工作，

[ðə; ði] [breɪn] [mʌst; məst][hæv; həv][sʌm; səm] [wei] [ʌv; əv] [rɪ'si:vɪŋ] [nu:z] [ə'baʊt] [wʌt] [ɪz] [nɪr] [ˌju: 'es] ,

the	brain	must	have	some	way	of	receiving	news	about	what	is	near	us	,
这	脑	必须	有	一些	方式	的	接收	消息	关于	什么	是	靠近	我们	,

[haʊ] [ˌaɪ 'ti:] [lʊks] ,

how	it	looks	,
如何	它	看起来	,

大脑必须有某种方式来接收关于我们周围事物的信息，包括它们的样子。

[ænd; ənd][ʌv; əv] [wʌt] [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [meɪd] .

and	of	what	it	is	made	.
和	的	什么	它	是	制成	.

以及它的组成成分。

['speʃ(ə)l] ['ɔrgənz] [fɔ:r; fər] [rɪ'si:vɪŋ] ['nɑ:lɪdʒ] [ʌv; əv] ['pi:p(ə)l] [ænd; ənd] [θɪŋz] [ə'baʊt] [ˌju: 'es][ɑ:r; ər]

Special	organs	for	receiving	knowledge	of	people	and	things	about	us	are
特别的	器官	为了	接收	知识	的	人们	和	事物	关于	我们	是

['skætərd] ['oʊvər][ðə; ði] ['sɜ:rfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði]['bɑ:di] .

scattered	over	the	surface	of	the	body	.
疏散	超过	这	表面	的	这	身体	.

我们身体表面散布着一些特殊器官，它们负责接收关于我们周围的人和事的信息。

[ðeɪ] [ɑ:r; ər] [kɔ:ld] [sens] ['ɔrgənz] .

They	are	called	sense	organs	.
他们	是	称为	感觉	器官	.

它们被称为感觉器官。

[ðə; ði] [tʃi:f] [wʌnz] [ɑ:r; ər][ðə; ði] [tu:] [aɪz] , [ðə; ði] [tu:] [ɪrz] , [ðə; ði] [noʊz] ,

The	chief	ones	are	the	two	eyes	,	the	two	ears	,	the	nose	,
这	首席	一个	是	这	二	眼睛	,	这	二	耳朵	,	这	鼻子	,

最主要的三个器官是：两只眼睛、两只耳朵、一个鼻子。

[ænd; ənd] ['meni] ['ɔrgənz] [ʌv; əv] [teɪst] [ɪn][ðə; ði] [maʊθ] ,

and	many	organs	of	taste	in	the	mouth	,
和	许多	器官	的	品尝	在	这	嘴	,

口腔内还有许多味觉器官，

[ænd; ənd][ðə; ði]['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv]['taɪni] ['ɔrgənz] [ʌv; əv] ['fi:lɪŋ] [ɪn][ðə; ði] [skɪn] .

and	the	thousands	of	tiny	organs	of	feeling	in	the	skin	.
和	这	数千	的	微小的	器官	的	感觉	在	这	皮肤	.

以及皮肤中成千上万个微小的感觉器官。

[ðə; ði] [aɪ] . — [ðə; ði] [aɪ] [kən'sɪsts] [ʌv; əv][ə; eɪ] [gloʊb] [kɔ:ld] [ðə; ði] ['aɪbɔ:l] [ænd; ənd][pɑ:rts] [wɪtʃ]

The	Eye	.	—	The	eye	consists	of	a	globe	called	the	eyeball	and	parts	which
这	眼睛	.	—	这	眼睛	由	的	一个	地球	称为	这	眼球	和	部分	哪个

[mu:v] [ðɪs] [ænd; ənd] [prə'tekt] [ˌaɪ 'ti:][frʌm; frəm]['ɪndʒəri] .

move	this	and	protect	it	from	injury	.
移动	这	和	保护	它	从	受伤	.

眼睛——眼睛由一个称为眼球的球体以及使其运动并保护其免受伤害的部位组成。

[iːtʃ] ['aɪbɔːl] [ɪz] [ə'tætʃt] [æt; ət][ɪts] [bæk] [pɑːrt][tuː; tə][ðə; ði][lɑːrdʒ] [nɜːrv] [ʌv; əv] [saɪt] ([fɪg] . -) .

Each	eyeball	is	attached	at	its	back	part	to	the	large	nerve	of	sight	(	Fig	.	90	)	.
每个	眼球	是	随附的	在	它是	后退	部分	到	这	大的	神经	的	视线	(	如图	.	-	)	.

每个眼球的后部都与大的视神经相连（图 90）。

[ðɪs] ['kæriz] ['mɛsədʒəz, 'mɛsɪdʒɪz][tuː; tə][ðə; ði][breɪn] , ['telɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [wʌt] [ðə; ði] [aɪ] [siːz] .

This	carries	messages	to	the	brain	,	telling	it	what	the	eye	sees	.
这	携带	消息	到	这	脑	,	讲述	它	什么	这	眼睛	看到	.

它将信息传递给大脑，告诉大脑眼睛看到了什么。

[ðə; ði] ['aɪbɔːl] [ɪz] [held] [ɪn][ə; eɪ] ['sɑːkɪt] [ɪn][ðə; ði] [frʌnt] [ʌv; əv][ðə; ði] [skʌl] .

The	eyeball	is	held	in	a	socket	in	the	front	of	the	skull	.
这	眼球	是	握住	在	一个	插座	在	这	正面	的	这	颅骨	.

眼球位于颅骨前部的眼窝内。

[ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv][fæt] [laɪnz] [ðə; ði] ['sɑːkɪt] [ænd; ənd] [kiːps] [ðə; ði] [aɪ] [frʌm; frəm] ['biːɪŋ] ['ɪndʒərd][baɪ]

A	layer	of	fat	lines	the	socket	and	keeps	the	eye	from	being	injured	by
一个	层	的	胖的	线条	这	插座	和	保持	这	眼睛	从	存在	受伤	经过

['dʒɑːrz] .

jars	.
罐子	.

眼眶内壁有一层脂肪，可以保护眼睛免受玻璃杯等物体的伤害。

[ðə; ði] ['aɪˌbraʊz] [æt; ət][ðə; ði] ['loʊər] [edʒ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['fɔːrhed] [prɪ'vent] [ðə; ði] [swet] [frʌm; frəm]

The	eyebrows	at	the	lower	edge	of	the	forehead	prevent	the	sweat	from
这	眉毛	在	这	降低	边缘	的	这	前额	防止	这	汗	从

['rʌnɪŋ] ['ɪntuː][ðə; ði] ['aɪbɔːl] .

running	into	the	eyeball	.
跑步	进入	这	眼球	.

额头下缘的眉毛可以防止汗水流入眼球。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [saɪd] [ʌv; əv][ðə; ði] [feɪs] [kʌt] [ə'weɪ] [tuː; tə] [ʃoʊ] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] [ɪn][ɪts] ['sɑːkɪt] .

90	—	Side	of	the	face	cut	away	to	show	the	eyeball	in	its	socket	.
-	—	边	的	这	脸	切	离开	到	展示	这	眼球	在	它是	插座	.

90 —脸部侧面切开，露出眼球。

[en][ɪz][ðə; ði] [nɜːrv] [ʌv; əv] [saɪt] ; [ðə; ði] ['ʌðər] ['letərz] [ʃoʊ] [ðə; ði] ['mʌslz] [wɪtʃ] [muːv] [ðə; ði] ['aɪbɔːl]

n	is	the	nerve	of	sight	;	the	other	letters	show	the	muscles	which	move	the	eyeball
n	是	这	神经	的	视线	;	这	其他	信件	展示	这	肌肉	哪个	移动	这	眼球

.

:
.

n 是视觉神经；其他字母表示控制眼球运动的肌肉。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	166	]
[	页	-	]

[第166页]

[ðə; ði] ['aɪˌlɪdz] [kæn; kən] [kloʊz] ['oʊvər][ðə; ði] [frʌnt] [ʌv; əv][ðə; ði] ['aɪbɔːl] [tuː; tə] [ʃʌt] [aʊt] [dɜːrt][ɔːr]

The	eyelids	can	close	over	the	front	of	the	eyeball	to	shut	out	dirt	or
这	眼睑	能	关闭	超过	这	正面	的	这	眼球	到	关闭	出去	污垢	或者

['eniθɪŋ] [els] ['laɪkli] [tuː; tə][hɜːrt][ˌaɪ 'tiː] .

anything	else	likely	to	hurt	it	.
任何事物	别的	可能	到	伤害	它	.

眼睑可以闭合覆盖住眼球的前部，以防止灰尘或其他可能伤害眼球的物质进入。

[ðə; ði][lɪdz][hæv; həv] ['lɜːrnɪd] [tuː; tə][duː][ðer; ðər][wɜːrk][soʊ] [wel] [ðæt][wiː; wi][duː][nɑːt] [niːd] [tuː; tə] [θɪŋk]

The	lids	have	learned	to	do	their	work	so	well	that	we	do	not	need	to	think
这	盖子	有	学习	到	做	他们的	工作	所以	出色地	那	我们	做	不是	需要	到	思考

[tuː; tə][kloʊz][ðem; ðəm] [wen] ['eniθɪŋ] [flaɪz] [tɔːrd] [ðə; ði] [aɪ] ,

to	close	them	when	anything	flies	toward	the	eye	,
到	关闭	他们	什么时候	任何事物	苍蝇	朝向	这	眼睛	,

眼睑已经学会了如何很好地完成它们的工作，以至于当有东西飞向眼睛时，我们不需要刻意去关上它们。

[fɔːr; fər] [ðeɪ] [ɑːr; ər] [ʃʌt] [bɪ'fɔːr] [wiː; wi][kæn; kən] [θɪŋk] .

for	they	are	shut	before	we	can	think	.
为了	他们	是	关闭	前	我们	能	思考	.

因为在我们思考之前，它们就已经关闭了。

[ə; eɪ]['sɔːlti]['fluːɪd] [kɔːld] [terz] [floʊz] [frʌm; frəm][ðə; ði][ter; tɪ(ə)r][glænd][æt; ət][ðə; ði] ['ʌpər] [ænd; ənd]

A	salty	fluid	called	tears	flows	from	the	tear	gland	at	the	upper	and
一个	咸	体液	称为	眼泪	流量	从	这	撕	腺	在	这	上	和

['aʊtər] [saɪd][ʌv; əv][ðə; ði] ['aɪbɔːl] .

outer	side	of	the	eyeball	.
外	边	的	这	眼球	.

眼泪是一种咸味液体，从眼球上外侧的泪腺流出。

[ðə; ði] [terz] [kiːp] [ðə; ði] [frʌnt] [ʌv; əv][ðə; ði] ['aɪbɔːl] [kliːn] .

The	tears	keep	the	front	of	the	eyeball	clean	.
这	眼泪	保持	这	正面	的	这	眼球	干净的	.

泪液可以保持眼球前部清洁。

[pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði] ['aɪbɔːl] . — [ðə; ði][ˌaʊt'saɪd] [ʌv; əv][ðə; ði] ['aɪbɔːl] [ɪz][ə; eɪ] [tʌf] [waɪt] [koʊt] [ɪk'sept]

Parts	of	the	Eyeball	.	—	The	outside	of	the	eyeball	is	a	tough	white	coat	except
部分	的	这	眼球	.	—	这	外部	的	这	眼球	是	一个	艰难的	白色的	外套	除了

[ɪn] [frʌnt] ,

in	front	,
在	正面	,

眼球的组成部分——眼球外侧（除前端外）覆盖着一层坚韧的白色外膜。

[wer] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][æz; əz] [klɪr] [æz; əz] [glæs] .

where	it	is	as	clear	as	glass	.
在哪里	它	是	作为	清除	作为	玻璃	.

那里清澈如玻璃。

[wɪ'ðɪn] [ðə; ði]['aʊtər] [koʊt][ɪz][ə; eɪ] ['veri] [θɪn] [blæk] ['laɪnɪŋ][tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [laɪt] [frʌm; frəm]

Within	the	outer	coat	is	a	very	thin	black	lining	to	keep	the	light	from
之内	这	外	外套	是	一个	非常	薄的	黑色的	衬垫	到	保持	这	光	从

['skætərɪŋ] .

scattering	.
散射	.

外层内衬有一层很薄的黑色衬里，以防止光线散射。

[ɪn] [frʌnt] [ðə; ði]['laɪnɪŋ][ɪz][nɑːt] [ə'genst] [ðə; ði]['aʊtər] [koʊt] ,

In	front	the	lining	is	not	against	the	outer	coat	,
在	正面	这	衬垫	是	不是	反对	这	外	外套	,

前面衬里没有紧贴外层外套，

[bʌt; bət] [hæŋz] [luːs] [ænd; ənd][hæz; həz][ɪn][ˌaɪ 'tiː][ə; eɪ] [raʊnd] [hoʊl] [kɔːld] [ðə; ði]['pjuːp(ə)l][tuː; tə][let]

but	hangs	loose	and	has	in	it	a	round	hole	called	the	pupil	to	let
但	悬挂	松动的	和	有	在	它	一个	圆形的	洞	称为	这	瞳孔	到	让

[ðə; ði] [laɪt] [pæs] [θruː] .

the	light	pass	through	.
这	光	经过	通过	.

但它是松弛下垂的，并且有一个称为瞳孔的圆形小孔，可以让光线通过。

[ðə; ði][pɑːrt] [əˈraʊnd] [ðə; ði] [hoʊl] [ɪz][ðə; ði]['aɪrɪs] .

The	part	around	the	hole	is	the	iris	.
这	部分	大约	这	洞	是	这	鸢尾花	.

瞳孔周围的部分是虹膜。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [bluː] , [blæk] , [ɔːr] [braʊn] ,

It	may	be	blue	,	black	,	or	brown	,
它	可能	是	蓝色的	,	黑色的	,	或者	棕色的	,

它可能是蓝色、黑色或棕色。

[ænd; ənd][kæn; kən] [skwiːz] [ʌp][soʊ][æz; əz][tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði]['pjuːp(ə)l] ['veri] [smɔːl] [wen] [ðə; ði] [laɪt]

and	can	squeeze	up	so	as	to	make	the	pupil	very	small	when	the	light
和	能	挤	向上	所以	作为	到	制作	这	瞳孔	非常	小的	什么时候	这	光

[ɪz] [strɔːŋ] .

is	strong	.
是	强的	.

当光线强时，瞳孔可以收缩，变得非常小。

[fɪg] . - — [ə; eɪ] [slaɪs] [frʌm; frəm] [bɪˈfɔːr] ['bækwərd] [θruː] [ðə; ði] [aɪ] .

Fig	.	91	—	A	slice	from	before	backward	through	the	eye	.
如图	.	-	—	一个	片	从	前	落后	通过	这	眼睛	.

图 91 — 从眼睛前方向后切开。

[ðə; ði][end][ʌv; əv][ðə; ði] [nɜːrv] [ʌv; əv] [saɪt] [fɔːrmz][ə; eɪ] ['tendər] [pɪŋk] ['kʌvərɪŋ] ['oʊvər][moʊst][ʌv; əv][ðə; ði]

The	end	of	the	nerve	of	sight	forms	a	tender	pink	covering	over	most	of	the
这	结尾	的	这	神经	的	视线	表格	一个	投标	粉色的	覆盖	超过	最多	的	这

['ɪnər] ['sɜːrfɪs] [ʌv; əv][ðə; ði] ['aɪbɔːl] .

inner	surface	of	the	eyeball	.
内	表面	的	这	眼球	.

视觉神经末端在眼球内表面大部分区域形成一层柔软的粉红色覆盖层。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	167	]
[	页	-	]

[第167页]

[ðə; ði]['kævəti] [wɪˈðɪn] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] [ɪz] [fɪld] [wɪð; wɪθ] [θriː] [klɪr] ['sʌbstənsiz] .

The	cavity	within	the	eyeball	is	filled	with	three	clear	substances	.
这	空腔	之内	这	眼球	是	已填	和	三	清除	物质	.

眼球内的空腔充满了三种透明物质。

[ðə; ði] [lenz] , [ʃeɪpt] [laɪk] [ə; eɪ] [flæt] [dɔːr] [nɑːb] , [ɪz] [fɪkst] [dʒʌst][bɪˈhaɪnd][ðə; ði]['pjuːp(ə)l] .

The	lens	,	shaped	like	a	flat	door	knob	,	is	fixed	just	behind	the	pupil	.
这	镜片	,	形状	喜欢	一个	平坦的	门	旋钮	,	是	固定的	只是	在后面	这	瞳孔	.

镜片形状像一个扁平的门把手，固定在瞳孔后方。

[ɪn] [frʌnt] [ʌv; əv][ðə; ði] [lenz] [ɪz][ə; eɪ] ['wɔːtəri] ['fluːɪd][ænd; ənd][bɪˈhaɪnd][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ] [klɪr] ['dʒɛliˌlaɪk] [mæs] .

In	front	of	the	lens	is	a	watery	fluid	and	behind	it	is	a	clear	jellylike	mass	.
在	正面	的	这	镜片	是	一个	水状的	体液	和	在后面	它	是	一个	清除	果冻状	大量的	.

镜头前方是水状液体，镜头后方是透明的胶状物。

[ðə; ði][juːz][ʌv; əv][ðə; ði][lenz][ænd; ənd]['ɔːlsoʊ][ðə; ði] ['ʌðər] ['sʌbstənsiz] [ɪz][tuː; tə][bend][ðə; ði]['reɪz][ʌv; əv]

The	use	of	the	lens	and	also	the	other	substances	is	to	bend	the	rays	of
这	使用	的	这	镜片	和	还	这	其他	物质	是	到	弯曲	这	射线	的

[laɪt] [təˈgeðər] [soʊ] [ðæt] [ðeɪ] [wɪl] [miːt] [æt; ət][wʌn] [pleɪs] .

light	together	so	that	they	will	meet	at	one	place	.
光	一起	所以	那	他们	将要	见面	在	一	地方	.

使用透镜和其他材料的目的是将光线弯曲在一起，使它们汇聚于一点。

[haʊ] [ðə; ði] ['aɪbɔ:l] [ɪz] [mu:vd] . — [sɪks] ['mʌslz] [fɪkst] [tu:; tə][ðə; ði] [boʊnz] [ʌv; əv][ðə; ði] ['sɑ:kɪt] ['hoʊldɪŋ]

How	the	Eyeball	is	Moved	.	—	Six	muscles	fixed	to	the	bones	of	the	socket	holding
如何	这	眼球	是	已搬	.	—	六	肌肉	固定的	到	这	骨头	的	这	插座	保持

[ðə; ði] [aɪ] [hæv; həv][ðer; ðər] ['ʌðər] ['ɛndz] ['fɑ:sənd] [tu:; tə][ðə; ði] [tʌf] [koʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] ['aɪbɔ:l] .

the	eye	have	their	other	ends	fastened	to	the	tough	coat	of	the	eyeball	.
这	眼睛	有	他们的	其他	结束	系紧	到	这	艰难的	外套	的	这	眼球	.

眼球的运动方式——有六块肌肉固定在眼眶的骨头上，它们的另一端固定在眼球坚韧的外膜上。

[wʌn] ['mʌs(ə)l] [tɜ:rnz] [ðə; ði] [bɔ:l] ['ʌpwərd] , [ə'nʌðər] [tɜ:rnz] [ˌaɪ 'ti:] ['daʊnwərd] ,

One	muscle	turns	the	ball	upward	,	another	turns	it	downward	,
一	肌肉	转弯	这	球	向上	,	其他	转弯	它	向下	,

一块肌肉使球向上转动，另一块肌肉使球向下转动。

[wʌn] [tɜ:rnz] [ˌaɪ 'ti:] ['ɪnwərd] [ænd; ənd] [ə'nʌðər] [tɜ:rnz] [ˌaɪ 'ti:] ['aʊtwərd] .

one	turns	it	inward	and	another	turns	it	outward	.
一	转弯	它	向内	和	其他	转弯	它	向外	.

一个把它向内转，另一个把它向外转。

[ɪf] [æn; ən] ['ɪnər] [ɔ:r][æn; ən] ['aʊtər] ['mʌs(ə)l] [ɪz] [tu:] [strɔ:ŋ] , [ə; eɪ]['pɜ:rs(ə)n] [meɪ] [hæv; həv] [krɔ:s] [aɪz] .

If	an	inner	or	an	outer	muscle	is	too	strong	,	a	person	may	have	cross	eyes	.
如果	一个	内	或者	一个	外	肌肉	是	也	强的	,	一个	人	可能	有	叉	眼睛	.

如果内眼角或外眼角肌肉力量过强，就可能导致斜视。

['ki:pɪŋ] [ðə; ði] [aɪ] [strɔ:ŋ] . — ['nɪrli] [ɔ:l] [jʌŋ] ['tʃɪldrən] [hæv; həv] ['pɜ:rfɪkt] [aɪz] .

Keeping	the	Eye	Strong	.	—	Nearly	all	young	children	have	perfect	eyes	.
保持	这	眼睛	强的	.	—	几乎	全部	年轻的	孩子们	有	完美的	眼睛	.

保持眼睛健康——几乎所有幼儿的眼睛都很好。

['æftər][ə; eɪ] [jɪr] [ɔ:r] [tu:] [ɪn] [sku:l] [ðə; ði] [aɪz] [ʌv; əv][sʌm; səm] ['tʃɪldrən] [bɪ'kʌm] [wi:k] .

After	a	year	or	two	in	school	the	eyes	of	some	children	become	weak	.
后	一个	年	或者	二	在	学校	这	眼睛	的	一些	孩子们	变得	虚弱的	.

有些孩子上学一两年后，视力就会变差。

['meni] ['tʃɪldrən] [get] [wi:k] [aɪz] ['æftər] [ðeɪ] [ɑ:r; ər][ten][ɔ:r] [twelv] ['jɪrz] [oʊld] .

Many	children	get	weak	eyes	after	they	are	ten	or	twelve	years	old	.
许多	孩子们	得到	虚弱的	眼睛	后	他们	是	十	或者	十二	年	老的	.

许多孩子在十岁或十二岁之后会出现视力下降。

[ðɪs] [ɪz][bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z] [ðeɪ] [hæv; həv][nɑ:t]['teɪkən] [ker] [ʌv; əv][ðə; ði] [aɪz] .

This	is	because	they	have	not	taken	care	of	the	eyes	.
这	是	因为	他们	有	不是	已采取	关心	的	这	眼睛	.

这是因为他们没有好好保护眼睛。

[ðə; ði] [aɪz] [ɑ:r; ər]['ɔ:f(ə)n][hɜ:rt][baɪ] ['ri:dɪŋ] [ə; eɪ] [bʊk] [wɪð; wɪθ]

The	eyes	are	often	hurt	by	reading	a	book	with
这	眼睛	是	经常	伤害	经过	阅读	一个	书	和

长时间用书阅读常常会伤眼睛。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	168	]
[	页	-	]

[第168页]

[faɪn] [prɪnt] , ['ri:dɪŋ] [ɪn][ə; eɪ][dɪm] [laɪt] ,

fine	print	,	reading	in	a	dim	light	,
美好的	打印	,	阅读	在	一个	暗淡	光	,

小字印刷，在昏暗的光线下阅读

[ɔːr][baɪ] ['liːnɪŋ] ['oʊvər][ðə; ði] [bʊk] [soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [aɪz] [lʊk] ['daʊnwərd] [ɪn'sted] [ʌv; əv] [streɪt]

or	by	leaning	over	the	book	so	that	the	eyes	look	downward	instead	of	straight
或者	经过	倾斜	超过	这	书	所以	那	这	眼睛	看	向下	反而	的	直的

['fɔːrwərd] .

forward	.
向前	.

或者身体前倾，让眼睛向下看而不是直视前方。

[æz; əz][ðə; ði] [aɪz] [ɑːr; ər] ['veri] [wiːk] ['æftər] ['miːz(ə)lz] [ænd; ənd][moʊst] ['ʌðər] [dɪ'ziːzɪz] ,

As	the	eyes	are	very	weak	after	measles	and	most	other	diseases	,
作为	这	眼睛	是	非常	虚弱的	后	麻疹	和	最多	其他	疾病	,

由于麻疹和其他大多数疾病会导致眼睛非常虚弱，

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] [nɑːt][biː; bi] [juːst] [mʌtʃ] [ʌn'tɪl] [ə; eɪ] [wiːk] [ɔːr] [mɔːr] ['æftər] [rɪ'kʌvəri] .

they	should	not	be	used	much	until	a	week	or	more	after	recovery	.
他们	应该	不是	是	用过的	很多	直到	一个	星期	或者	更多的	后	恢复	.

康复后至少一周或更长时间内不应大量使用。

[ɪn] ['riːdɪŋ] [ðə; ði] [bʊk] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [held] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['oʊvər] [ə; eɪ] [fʊt] [ɪn] [frʌnt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [tʃest]

In	reading	the	book	should	be	held	a	little	over	a	foot	in	front	of	the	chest
在	阅读	这	书	应该	是	握住	一个	小的	超过	一个	脚	在	正面	的	这	胸部

[ænd; ənd][juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [sɪt] ['nɪrli] [streɪt] [ænd; ənd] [let] [ðə; ði] [laɪt] [fɔːl] [ɑːn] [ðə; ði] [peɪdʒ] [frʌm; frəm]

and	you	should	sit	nearly	straight	and	let	the	light	fall	on	the	page	from
和	你	应该	坐	几乎	直的	和	让	这	光	落下	在	这	页	从

[wʌn] [saɪd] .

one	side	.
一	边	.

阅读时，书本应放在胸前略超过一英尺的位置，坐姿应保持近乎笔直，让光线从一侧照射到书页上。

['nevər] [riːd] [waɪl] ['laɪɪŋ] [daʊn] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ˌaɪ 'tiː] [streɪnz] [ðə; ði] [aɪz] .

Never	read	while	lying	down	because	it	strains	the	eyes	.
绝不	读	尽管	说谎	向下	因为	它	菌株	这	眼睛	.

千万不要躺着看书，因为这样会损伤眼睛。

[stɑːp] ['riːdɪŋ] [æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði] [aɪz] [smɑːrt] .

Stop	reading	as	soon	as	the	eyes	smart	.
停止	阅读	作为	很快	作为	这	眼睛	聪明的	.

一旦眼睛感到酸痛，就立即停止阅读。

['helpɪŋ] [ðə; ði] [aɪz] [tuː; tə] [siː] . — ['veri] [fjuː] [oʊld] ['piːp(ə)l] [kæn; kən] [siː] [tuː; tə] [riːd] [wɪ'ðaʊt] [ðə; ði]

Helping	the	Eyes	to	See	.	—	Very	few	old	people	can	see	to	read	without	the
帮助	这	眼睛	到	看	.	—	非常	很少	老的	人们	能	看	到	读	没有	这

[help] [ʌv; əv] ['glæsɪz] ,

help	of	glasses	,
帮助	的	眼镜	,

帮助眼睛看得更清楚——很少有老年人不用眼镜就能看清书本。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ðə; ði] [lenz] [ʌv; əv][ðə; ði] [aɪ] ['hɑːrdn] [ɪn][oʊld][eɪdʒ] .

because	the	lens	of	the	eye	hardens	in	old	age	.
因为	这	镜片	的	这	眼睛	硬化	在	老的	年龄	.

因为眼球晶状体在老年时会硬化。

[tuː; tə] [siː] [θɪŋz] [nɪr] [baɪ] , [ðə; ði] [ʃeɪp] [ʌv; əv][ðə; ði] [lenz] [mʌst; məst][biː; bi] [tʃeɪndʒd] .

To	see	things	near	by	,	the	shape	of	the	lens	must	be	changed	.
到	看	事物	靠近	经过	,	这	形状	的	这	镜片	必须	是	已更改	.

要看清近处的物体，必须改变透镜的形状。

[ɪn][sʌm; səm] ['tʃɪldrən] ,

In	some	children	,
在	一些	孩子们	,

有些孩子，

[ðə; ði] [ʃeɪp] [ʌv; əv][ðə; ði] [aɪz] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [soʊ] [tʃeɪndʒd] [baɪ] ['streɪnɪŋ] [ðem; ðəm][tu:; tə] [ri:d]
the shape of the eyes has become so changed by straining them to read
这 形状 的 这 眼睛 有 变得 所以 已更改 经过 紧张 他们 到 读
[faɪn] [prɪnt] [ɔ:r] [si:] [θɪŋz] [ɪn][ə; eɪ][dɪm] [laɪt] [ðæt] [ðə; ði] [aɪz] [hɜ:rt]['æftər] ['bi:ɪŋ] [ju:st] [fɔ:r; fər] ['eni]
fine print or see things in a dim light that the eyes hurt after being used for any
美好的 打印 或者 看 事物 在 一个 暗淡 光 那 这 眼睛 伤害 后 存在 用过的 为了 任何
[kaɪnd][ʌv; əv][wɜ:rk] ,
kind of work ,
种类 的 工作 ,

由于长时间用眼阅读小字或在昏暗光线下视物，眼睛的形状已经发生了很大的变化，以至于从事任何类型的工作后眼睛都会感到疼痛。

[ænd; ənd][ðə; ði] [hed] [meɪ] ['ɔ:f(ə)n] [eɪk] [ænd; ənd] [meɪk] [ðə; ði] [hoʊl] ['bɑ:di] [fi:l] [bæd] .
and the head may often ache and make the whole body feel bad .
和 这 头 可能 经常 疼痛 和 制作 这 所有的 身体 感觉 坏的 .

而且头部经常疼痛，使全身感觉不适。

[sʌtʃ] [aɪz] [ni:d] [help] .
Such eyes need help .
这样的 眼睛 需要 帮助 .

这样的眼睛需要帮助。

[ju:; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv][ðem; ðəm] [ɪg'zæmɪnd] [baɪ][æn; ən] [aɪ] ['dɑ:ktər] [hu:] [kæn; kən] [fɪt] [ju:; jʊ][wɪð; wɪθ]
You should have them examined by an eye doctor who can fit you with
你 应该 有 他们 检查 经过 一个 眼睛 医生 WHO 能 合身 你 和
['glæsɪz] [wɪtʃ] [wɪl] [help] [ju:; jʊ] [si:] ['klɪrli] [wɪ'ðaʊt] ['hedeɪk] .
glasses which will help you see clearly without headache .
眼镜 哪个 将要 帮助 你 看 清楚地 没有 头痛 .

你应该去看眼科医生，让他为你配一副眼镜，帮助你看得更清楚，不再头痛。

['ki:pɪŋ] [ðə; ði] [aɪz] [wel] . — ['bɪts] [ʌv; əv][dɜ:rt]['ɔ:f(ə)n] [get] [bɪ'ni:θ] [ðə; ði] ['aɪˌlɪdz] [ænd; ənd] [kɔ:z]
Keeping the Eyes Well . — Bits of dirt often get beneath the eyelids and cause
保持 这 眼睛 出色地 . — 比特 的 污垢 经常 得到 下面 这 眼睑 和 原因
[mʌtʃ] [peɪn] .
much pain .
很多 疼痛 .

保持眼睛健康——灰尘等细小物质经常会进入眼睑下方，引起剧烈疼痛。

[baɪ] ['teɪkɪŋ] [hoʊld][ʌv; əv][ðə; ði] ['aɪlæʃɪz] [ðə; ði][lɪd] [meɪ] [bi:; bi] [pʊld] [aʊt] [frʌm; frəm][ðə; ði] [aɪ]
By taking hold of the eyelashes the lid may be pulled out from the eye
经过 采取 抓住 的 这 睫毛 这 盖 可能 是 拉 出去 从 这 眼睛
[ænd; ənd] ['eni] [dɜ:rt] [rɪ'mu:vd] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['kɔ:rnər][ʌv; əv][ə; eɪ] [kli:n] ['hæŋkərtʃɪf] [pæst] ['dʒentli]
and any dirt removed with the corner of a clean handkerchief passed gently
和 任何 污垢 已移除 和 这 角落 的 一个 干净的 手帕 通过了 轻轻地
[ə'lɔ:ŋ] [ðə; ði][lɪd] .
along the lid .
沿着 这 盖 .

抓住睫毛，即可将眼睑从眼睛中拉出，然后用干净的手帕一角轻轻擦拭眼睑，清除污垢。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]
[Pg 169]
[页 -]

[第169页]

[ðə; ði] [aɪz] ['sʌmtaɪmz] [bɪ'kʌm] [sɔ:r] [bɪ'kəz, bɪ'kɔ:z] [ðeɪ] [ɑ:r; ər] [rʌbd] [wɪð; wɪθ] [sɔɪld] ['fɪŋgərz] [ɑ:n]
The eyes sometimes become sore because they are rubbed with soiled fingers on
这 眼睛 有时 变得 疮 因为 他们 是 摩擦 和 脏的 手指 在
[wɪtʃ] [ɑ:r; ər][dʒə:mz] .
which are germs .
哪个 是 细菌 .

眼睛有时会因为用沾有细菌的脏手指揉搓而感到疼痛。

[ðiːz] [dʒəːmz][get][ɪn'saɪd][ðə; ði][lɪdz][ænd; ənd] [groʊ] , [ænd; ənd][ɪn] [ðɪs] [wei] ['pɔɪzn] [ðə; ði] [aɪz] .

These	**germs**	**get**	**inside**	**the**	**lids**	**and**	**grow**	**,**	**and**	**in**	**this**	**way**	**poison**	**the**	**eyes**	**.**
这些	细菌	得到	里面	这	盖子	和	生长	,	和	在	这	方式	毒	这	眼睛	.

这些细菌会进入眼睑内并滋生，从而毒害眼睛。

[ən'les] [ker] [ɪz] [juːst] [sɔːr] [aɪz] [ɑːr; ər] ['laɪkli] [tuː; tə] [spred] [frʌm; frəm][wʌn] [tʃaɪld][tuː; tə] [ə'nʌðər] [ɪn] [ðə; ði] [skuːl] .

Unless	**care**	**is**	**used**	**sore**	**eyes**	**are**	**likely**	**to**	**spread**	**from**	**one**	**child**	**to**	**another**	**in**	**the**	**school**	**.**
除非	关心	是	用过的	疮	眼睛	是	可能	到	传播	从	一	孩子	到	其他	在	这	学校	.

如果不加以注意，眼睛疼痛很可能在学校里从一个孩子传染给另一个孩子。

[ðə; ði] [sɪk] [tʃaɪld] [rʌbz] [ɪts] [aɪz] [ænd; ənd] [ðen] ['hændlz] [ə; eɪ] [bʊk] [ɔːr]['pens(ə)l][ɑːn] [wɪtʃ] [ðə; ði] [dʒəːmz][ɑːr; ər] [smiəd] [baɪ][ðə; ði] ['fɪŋgərz] [wɪtʃ] [tʌtʃt] [ðə; ði] [aɪz] .

The	**sick**	**child**	**rubs**	**its**	**eyes**	**and**	**then**	**handles**	**a**	**book**	**or**	**pencil**	**on**	**which**	**the**	**germs**	**are**	**smeared**	**by**	**the**	**fingers**	**which**	**touched**	**the**	**eyes**	**.**
这	生病的	孩子	摩擦	它是	眼睛	和	然后	把手	一个	书	或者	铅笔	在	哪个	这	细菌	是	涂抹	经过	这	手指	哪个	感动	这	眼睛	.

生病的孩子揉了揉眼睛，然后去拿书或铅笔，书或铅笔上沾满了被他摸过眼睛的手指上的细菌。

[ðə; ði][nekst][tʃaɪld] ['pɪks] [ʌp][ðə; ði] [seɪm] [bʊk] ['leɪtər] , [gets][ðə; ði][dʒəːmz][ɑːn][ðə; ði]['fɪŋgərz] ,

The	**next**	**child**	**picks**	**up**	**the**	**same**	**book**	**later**	**,**	**gets**	**the**	**germs**	**on**	**the**	**fingers**	**,**
这	下一个	孩子	精选	向上	这	相同的	书	之后	,	获得	这	细菌	在	这	手指	,

下一个孩子稍后拿起同一本书，手指上沾染了细菌。

[ænd; ənd] [ðen] [rʌbz] [ðə; ði] [aɪz] .

and	**then**	**rubs**	**the**	**eyes**	**.**
和	然后	摩擦	这	眼睛	.

然后揉了揉眼睛。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [rʌb] [ðə; ði] [aɪz] .

For	**this**	**reason**	**you**	**should**	**never**	**rub**	**the**	**eyes**	**.**
为了	这	原因	你	应该	绝不	擦	这	眼睛	.

因此，你绝对不应该揉眼睛。

[ɪf] [juː; jʊ][hæv; həv] [sɔːr] [aɪz] , [biː; bi] ['kerf(ə)l] [ðæt] [noʊ][wʌn] [els] ['ketʃɪz; 'kætʃɪz][ðə; ði] ['sɪknəs] [frʌm; frəm][juː; jʊ] .

If	**you**	**have**	**sore**	**eyes**	**,**	**be**	**careful**	**that**	**no**	**one**	**else**	**catches**	**the**	**sickness**	**from**	**you**	**.**
如果	你	有	疮	眼睛	,	是	小心	那	不	一	别的	捕获物	这	疾病	从	你	.

如果你眼睛不舒服，要注意不要把病传染给别人。

[ðə; ði] [ɪr] . — [ðə; ði] [ɪr] [ɪz] [meɪd] [ʌv; əv] [θriː] [pɑːrts] [kɔːld] [ðə; ði] ['aʊtər] [ɪr] , [ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [ɪr] [ɔːr] ['ɪrdrʌm] ,

The	**Ear**	**.**	**—**	**The**	**ear**	**is**	**made**	**of**	**three**	**parts**	**called**	**the**	**outer**	**ear**	**,**	**the**	**middle**	**ear**	**or**	**eardrum**	**,**
这	耳朵	.	—	这	耳朵	是	制成	的	三	部分	称为	这	外	耳朵	,	这	中间	耳朵	或者	鼓膜	,

耳朵——耳朵由三部分组成，分别是外耳、中耳（或称耳膜）、

[ænd; ənd][ðə; ði] ['ɪnər] [ɪr] .

and	**the**	**inner**	**ear**	**.**
和	这	内	耳朵	.

以及内耳。

[ðə; ði] ['aʊtər] [ɪr] [ɪz] [meɪd] [ʌv; əv][ə; eɪ] [pleɪt] [ʌv; əv] [skɪn] [ænd; ənd] ['grɪsl] [ænd; ənd][ə; eɪ] ['slaɪtli] [bent]

The	outer	ear	is	made	of	a	plate	of	skin	and	gristle	and	a	slightly	bent
这	外	耳朵	是	制成	的	一个	盘子	的	皮肤	和	脆骨	和	一个	轻微地	弯曲

[tuːb] [ə'baʊt] [wʌn] [ɪntʃ] [lɔːŋ] .

tube	about	one	inch	long	.
管子	关于	一	英寸	长的	.

外耳由一块皮肤和软骨组成，还有一根略微弯曲、长约一英寸的管状物。

[æt; ət][ðə; ði] ['ɪnər] [end] [ʌv; əv] [ðɪs] [tuːb] [ɪz][ə; eɪ] [θɪn] ['membreɪn] [ɔːr] ['drʌmˌhed] .

At	the	inner	end	of	this	tube	is	a	thin	membrane	or	drumhead	.
在	这	内	结尾	的	这	管子	是	一个	薄的	膜	或者	鼓皮	.

该管子的内端是一层薄膜或鼓面。

[bɪ'jɑːnd] [ðə; ði] ['drʌmˌhed] [ɪz][ðə; ði]['kævəti][ʌv; əv][ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [ɪr] [ə'baʊt] [æz; əz][lɑːrdʒ][æz; əz][ə; eɪ] [piː]

Beyond	the	drumhead	is	the	cavity	of	the	middle	ear	about	as	large	as	a	pea
超过	这	鼓皮	是	这	空腔	的	这	中间	耳朵	关于	作为	大的	作为	一个	豌豆

.

:
.

鼓膜后面是中耳腔，大小和豌豆差不多。

[ə; eɪ] [tʃeɪn] [ʌv; əv] [θriː] ['taɪni] [boʊnz] ['stretʃɪz] [frʌm; frəm][ðə; ði] ['aʊtər] ['drʌmˌhed] [ə'krɔːs] [ðɪs] ['kævəti]

A	chain	of	three	tiny	bones	stretches	from	the	outer	drumhead	across	this	cavity
一个	链	的	三	微小的	骨头	伸展	从	这	外	鼓皮	穿过	这	空腔

[tuː; tə][ə; eɪ]['taɪni] ['ɪnər] ['drʌmˌhed] .

to	a	tiny	inner	drumhead	.
到	一个	微小的	内	鼓皮	.

一条由三块细小骨头组成的链状结构，从外鼓面延伸穿过这个空腔，到达一个很小的内鼓面。

[bɪ'jɑːnd] [ðə; ði] ['ɪnər] ['drʌmˌhed] [ɪz][ðə; ði] ['ɪnər] [ɪr] .

Beyond	the	inner	drumhead	is	the	inner	ear	.
超过	这	内	鼓皮	是	这	内	耳朵	.

鼓膜内侧是内耳。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [vjuː] [ʌv; əv][ðə; ði] [ɪr] [frʌm; frəm][ɪn] [frʌnt] .

92	—	View	of	the	ear	from	in	front	.
-	—	看法	的	这	耳朵	从	在	正面	.

92 —从正面看耳朵。

[θriː] ['lɪt(ə)l] [boʊnz] [stretʃ] [ə'krɔːs] [ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [ɪr] .

Three	little	bones	stretch	across	the	middle	ear	.
三	小的	骨头	拉紧	穿过	这	中间	耳朵	.

中耳有三块小骨头横跨在耳廓上。

[ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [ɪr] [ɪz] [kept] [fʊl] [ʌv; əv] [er] [baɪ] [miːnz] [ʌv; əv][ə; eɪ] [tuːb] ['liːdɪŋ; 'ledɪŋ][frʌm; frəm][ˌaɪ 'tiː][tuː; tə]

The	middle	ear	is	kept	full	of	air	by	means	of	a	tube	leading	from	it	to
这	中间	耳朵	是	保留	满的	的	空气	经过	方法	的	一个	管子	领导	从	它	到

[ðə; ði] [θroʊt] .

the	throat	.
这	喉	.

中耳通过一根通向咽喉的管道保持充满空气。

[ə; eɪ][koʊld][ɔːr] ['ʌðər] ['sɪknəs] [meɪ] [kɔːz] [ðɪs] [tuːb] [tuː; tə] [fɪl] [ʌp] [ænd; ənd] [meɪk] [juː; jʊ] [def] .

A	cold	or	other	sickness	may	cause	this	tube	to	fill	up	and	make	you	deaf	.
一个	寒冷的	或者	其他	疾病	可能	原因	这	管子	到	充满	向上	和	制作	你	聋	.

感冒或其他疾病可能会导致这条管道充满液体，从而使你耳聋。

[ðə; ði] ['ɪnər] [ɪr] [kən'sɪsts] [ʌv; əv][ə; eɪ][sæk][ænd; ənd] [fɔ:r] [bent] [tjʊb] [fɪld] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] ['wɔ:təri] ['flu:ɪd]

The	inner	ear	consists	of	a	sac	and	four	bent	tubes	filled	with	a	watery	fluid
这	内	耳朵	由	的	一个	囊	和	四	弯曲	管子	已填	和	一个	水状的	体液

.

:

.

内耳由一个囊状结构和四根弯曲的管道组成，管道内充满水状液体。

[ðeɪ] [ɑ:r; ər]['ɔ:lsoʊ] [sə'raʊndɪd]

They	are	also	surrounded
他们	是	还	包围

他们也被包围了。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	170	]
[	页	-	]

[第170页]

[baɪ] ['wɔ:təri] ['flu:ɪd] [kən'teɪnd] [ɪn] ['tʃænlz] [ɪn][ə; eɪ] [boʊn] [ʌv; əv][ðə; ði] [skʌl] .

by	watery	fluid	contained	in	channels	in	a	bone	of	the	skull	.
经过	水状的	体液	包含	在	频道	在	一个	骨	的	这	颅骨	.

由颅骨骨骼管道内含有的水样液体构成。

[ðə; ði][end][ʌv; əv][ðə; ði] [nɜ:rv] [ʌv; əv] ['hɪrɪŋ] [ɪz][ɑ:n][wʌn][ʌv; əv][ðə; ði] [tjʊb] .

The	end	of	the	nerve	of	hearing	is	on	one	of	the	tubes	.
这	结尾	的	这	神经	的	听力	是	在	一	的	这	管子	.

听觉神经的末端位于其中一条咽鼓管上。

[haʊ] [wi:; wi] [hɪr] . — ['θroʊɪŋ] [ə; eɪ] [stoʊn] [ɪn][ðə; ði]['wɔ:tər] [meɪks] [weɪvz] [wɪtʃ] [mu:v] ['fɑ:rðər]

How	we	Hear	.	—	Throwing	a	stone	in	the	water	makes	waves	which	move	farther
如何	我们	听到	.	—	投掷	一个	石头	在	这	水	制作	波浪	哪个	移动	更远

[ænd; ənd] ['fɑ:rðər] ['aʊtwərd] .

and	farther	outward	.
和	更远	向外	.

我们如何听到声音——向水中扔一块石头会产生波浪，波浪会向外扩散得越来越远。

[ɪn][ðə; ði] [seɪm] [wei] [ə; eɪ] [nɔɪz] ['kɔ:zɪz] [weɪvz] [ɪn][ðə; ði] [er] .

In	the	same	way	a	noise	causes	waves	in	the	air	.
在	这	相同的	方式	一个	噪音	原因	波浪	在	这	空气	.

就像噪音会引起空气波动一样。

[ði:z] [weɪvz] [pæs] ['ɪntu:][ðə; ði] [ɪr] [tu:b] , [straɪk] [ðə; ði] ['aʊtər] ['drʌmˌhed] , [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'ti:]

These	waves	pass	into	the	ear	tube	,	strike	the	outer	drumhead	,	and	make	it
这些	波浪	经过	进入	这	耳朵	管子	,	罢工	这	外	鼓皮	,	和	制作	它

[mu:v] .

move	.
移动	.

这些波进入耳管，冲击外耳鼓膜，使其振动。

[ðɪs] [mu:vz] [ðə; ði] [tʃeɪn] [ʌv; əv] [boʊnz] [ɪn][ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [ɪr] [soʊ] [ðæt] [ðeɪ] [kɔ:z] ['moʊʃ(ə)n][ɪn][ðə; ði]

This	moves	the	chain	of	bones	in	the	middle	ear	so	that	they	cause	motion	in	the
这	移动	这	链	的	骨头	在	这	中间	耳朵	所以	那	他们	原因	运动	在	这

['ɪnər] ['drʌmˌhed] .

inner	drumhead	.
内	鼓皮	.

这会使中耳内的骨链运动，从而引起内鼓膜的运动。

[ðɪs] [ɪn] ['muːvɪŋ] [bæk] [ænd; ənd] [fɔːrθ] [meɪks] [weɪvz] [ɪn][ðə; ði]['fluːɪd][ʌv; əv][ðə; ði] ['ɪnər] [ɪr] [wɪtʃ]

This	in	moving	back	and	forth	makes	waves	in	the	fluid	of	the	inner	ear	which
这	在	移动	后退	和	前进	制作	波浪	在	这	体液	的	这	内	耳朵	哪个

[straɪk] [ɑːn][ðə; ði]['ɛndz][ʌv; əv][ðə; ði] [nɜːrv] [ʌv; əv] ['hɪrɪŋ] [ænd; ənd] [kɔːz] ['mɛsədʒəz, 'mɛsɪdʒɪz][tuː; tə]

strike	on	the	ends	of	the	nerve	of	hearing	and	cause	messages	to
罢工	在	这	结束	的	这	神经	的	听力	和	原因	消息	到

[biː; bi] ['kærid] [tuː; tə][ðə; ði] [breɪn] .

be	carried	to	the	brain	.
是	携带	到	这	脑	.

这种来回运动会在内耳液体中产生波浪，这些波浪会冲击听觉神经的末端，从而将信息传递到大脑。

[ker] [ʌv; əv][ðə; ði] [ɪrz] . — [ðə; ði] [ɪrz] [ʃʊd; ʃəd][nɑːt][biː; bi] [strʌk] [ɔːr] [pʊld] , [æz; əz][ðə; ði] ['ɪrdrʌm] [ɪz]

Care	of	the	Ears	.	—	The	ears	should	not	be	struck	or	pulled	,	as	the	eardrum	is
关心	的	这	耳朵	.	—	这	耳朵	应该	不是	是	击	或者	拉	,	作为	这	鼓膜	是

['iːzəli] ['broʊkən] .

easily	broken	.
容易地	破碎的	.

耳朵护理——耳朵不应被敲打或拉扯，因为耳膜很容易破裂。

[duː][nɑːt]

Do	not
做	不是

不要

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	171	]
[	页	-	]

[第171页]

[pʊt] ['penslz] , [pɪnz] , [ɔːr] ['eniθɪŋ] [els] [ɪn][jʊr; jər] [ɪrz] .

put	pencils	,	pins	,	or	anything	else	in	your	ears	.
放	铅笔	,	别针	,	或者	任何事物	别的	在	你的	耳朵	.

把铅笔、大头针或其他任何东西塞进耳朵里。

[wæks]['nætʃ(ə)rəli][fɔːrmz][ɪn][ðə; ði] [ɪr] [tuːb] [tuː; tə] [kiːp] [aʊt] [bʌgz] [ænd; ənd] [flaɪz] .

Wax	naturally	forms	in	the	ear	tube	to	keep	out	bugs	and	flies	.
蜡	自然	表格	在	这	耳朵	管子	到	保持	出去	漏洞	和	苍蝇	.

耳道内自然形成耳垢，以防止昆虫和苍蝇进入。

[ðə; ði] ['aʊtər] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [tuːb] [meɪ] [biː; bi] [kept] [kliːn] [baɪ] ['waɪpɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [mɔɪst] [klɔːθ]

The	outer	part	of	the	tube	may	be	kept	clean	by	wiping	it	with	a	moist	cloth
这	外	部分	的	这	管子	可能	是	保留	干净的	经过	擦拭	它	和	一个	潮湿	布

['oʊvər][ðə; ði]['lɪt(ə)l] ['fɪŋgər] .

over	the	little	finger	.
超过	这	小的	手指	.

可以用湿布蘸取少量水，用小指擦拭管子的外侧，保持清洁。

[ɪf] [juː; jʊ]['ɔːf(ə)n][hæv; həv] ['ɪreɪk] [ɔːr][ə; eɪ] ['rʌnɪŋ] [ɪr] , [juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv][ˌaɪ 'tiː] [ɪg'zæmɪnd] [baɪ]

If	you	often	have	earache	or	a	running	ear	,	you	should	have	it	examined	by
如果	你	经常	有	耳痛	或者	一个	跑步	耳朵	,	你	应该	有	它	检查	经过

[ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] .

a	physician	.
一个	医生	.

如果你经常耳痛或耳内流涕，应该去看医生。

[niˈglektɪŋ] [ə; eɪ] [sɪk] [ɪr] [meɪ] [kɔːz] ['defnəs] .

Neglecting	a	sick	ear	may	cause	deafness	.
疏忽	一个	生病的	耳朵	可能	原因	耳聋	.

忽视患病的耳朵可能会导致耳聋。

[sʌm; səm] ['pɝːsənz] [ɑːr; ər] [def] [ɪn] [wʌn] [ɪr] [ænd; ənd] [duː] [nɑːt] [noʊ] [ˌaɪ 'tiː] .

Some	persons	are	deaf	in	one	ear	and	do	not	know	it	.
一些	人	是	聋	在	一	耳朵	和	做	不是	知道	它	.

有些人一只耳朵聋了，自己却不知道。

[test] [iːtʃ] [ɪr] [baɪ] ['kʌvərɪŋ] [ðə; ði] ['ʌðər] [wʌn] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] ['hevi] [klɔːθ] [ænd; ənd] [noʊt] [haʊ] [fɑːr] [ɔːf]

Test	each	ear	by	covering	the	other	one	with	a	heavy	cloth	and	note	how	far	off
测试	每个	耳朵	经过	覆盖	这	其他	一	和	一个	重的	布	和	笔记	如何	远的	离开

[juː; jʊ] [kæn; kən] [hɪr] [ðə; ði] [tɪks] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [wɑːtʃ] .

you	can	hear	the	ticks	of	a	watch	.
你	能	听到	这	蜱虫	的	一个	手表	.

用厚布盖住一只耳朵，测试另一只耳朵，并注意你能听到多远距离的手表滴答声。

[ðə; ði] [noʊz] . — [ðə; ði] [noʊz] [hæz; həz] [ə; eɪ] ['skɪnˌlaɪk] ['laɪnɪŋ] ,

The	Nose	.	—	The	nose	has	a	skinlike	lining	,
这	鼻子	.	—	这	鼻子	有	一个	类皮肤	衬垫	,

鼻子——鼻子内衬有一层类似皮肤的物质，

[bʌt; bət] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['ɔːlweɪz] [kept] [mɔɪst] [baɪ] ['lɪt(ə)l] [glændz] [wɪtʃ] [gɪv] [aʊt] [ə; eɪ] ['wɔːtəri] ['fluːɪd] .

but	it	is	always	kept	moist	by	little	glands	which	give	out	a	watery	fluid	.
但	它	是	总是	保留	潮湿	经过	小的	腺体	哪个	给	出去	一个	水状的	体液	.

但它始终保持湿润，这得益于分泌水样液体的小腺体。

[ðə; ði] ['endiŋz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [nɜːrv] [ʌv; əv] [smel] [ɑːr; ər] [ɪn] [ðə; ði] ['laɪnɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] ['ʌpər] [pɑːrt] [ʌv; əv] [ðə; ði]

The	endings	of	the	nerve	of	smell	are	in	the	lining	in	the	upper	part	of	the
这	结局	的	这	神经	的	闻	是	在	这	衬垫	在	这	上	部分	的	这

[noʊz] .

nose	.
鼻子	.

嗅觉神经末梢位于鼻腔上部的内壁上。

[tuː] [nəːvs] [liːd] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [noʊz] [tuː; tə] [ðə; ði] [breɪn] .

Two	nerves	lead	from	the	nose	to	the	brain	.
二	神经	带领	从	这	鼻子	到	这	脑	.

有两条神经从鼻子通向大脑。

[wen] [wiː; wi] [kætʃ] [koʊld] , [mʌtʃ] [blʌd] ['rʌʃɪz] [tuː; tə] [ðə; ði] ['laɪnɪŋ] [ʌv; əv] [ðə; ði] [noʊz] [ænd; ənd] [ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] ['swoʊlən] .

When	we	catch	cold	,	much	blood	rushes	to	the	lining	of	the	nose	and	it	becomes	swollen	.
什么时候	我们	抓住	寒冷的	,	很多	血	冲刺	到	这	衬垫	的	这	鼻子	和	它	变成	肿	.

当我们感冒时，大量血液会涌向鼻腔内壁，导致鼻腔肿胀。

[ˌaɪ 'tiː] [ðen] ['gɪvz] [aʊt] [ə; eɪ] [θɪk] [waɪt] ['mjuːkəs] .

It	then	gives	out	a	thick	white	mucus	.
它	然后	给予	出去	一个	厚的	白色的	粘液	.

然后会流出浓稠的白色黏液。

[ðɪs] ['kʌvərz] [ðə; ði] [nɜːrv] ['endiŋz] , [soʊ] [ðæt] [wiː; wi] ['kænɑːt] [smel] .

This	covers	the	nerve	endings	,	so	that	we	cannot	smell	.
这	封面	这	神经	结局	,	所以	那	我们	不能	闻	.

这覆盖了神经末梢，所以我们闻不到气味。

[smel] [ɪz] [ʌv; əv] [greɪt] [juːz] [ɪn] ['telɪŋ] [ˌjuː 'es] ['weðər] ['aʊər; ɑːr] [fuːd] [ɪz] [gʊd] ,

Smell	is	of	great	use	in	telling	us	whether	our	food	is	good	,
闻	是	的	伟大的	使用	在	讲述	我们	无论	我们的	食物	是	好的	,

气味对于判断食物是否美味有很大的作用。

[baɪ] ['helpɪŋ] [ˌjuː 'es][tuː; tə][ɪn'dʒɔɪ] [fuːd] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] ['plez(ə)nt] ['oʊdər] , [ænd; ənd][baɪ] ['wɔːrnɪŋ] [ˌjuː 'es]

by	helping	us	to	enjoy	food	with	a	pleasant	odor	,	and	by	warning	us
经过	帮助	我们	到	享受	食物	和	一个	令人愉快的	气味	,	和	经过	警告	我们

[ə'genst] [bæd] [er] .

against	bad	air	.
反对	坏的	空气	.

它帮助我们享受气味宜人的食物，并提醒我们注意污浊的空气。

[ðə; ði] [sens] [ʌv; əv] [teɪst] . — [ðə; ði] [nəːvs] [baɪ] [wɪtʃ] [wiː; wi] [teɪst] [end][ɪn][ðə; ði][sɔːft] ['kʌvərɪŋ] [ʌv; əv]

The	Sense	of	Taste	.	—	The	nerves	by	which	we	taste	end	in	the	soft	covering	of
这	感觉	的	品尝	.	—	这	神经	经过	哪个	我们	品尝	结尾	在	这	柔软的	覆盖	的

[ðə; ði] [tʌŋ] [ænd; ənd][sʌm; səm] ['ʌðər] [pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði] [maʊθ] .

the	tongue	and	some	other	parts	of	the	mouth	.
这	舌头	和	一些	其他	部分	的	这	嘴	.

味觉——我们用来感知味道的神经终止于舌头的柔软覆盖层和口腔的其他一些部位。

[ə; eɪ] [fuːd] ['kænɑːt] [biː; bi] ['teɪstɪd] [waɪl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][draɪ] .

A	food	cannot	be	tasted	while	it	is	dry	.
一个	食物	不能	是	尝过	尽管	它	是	干燥	.

食物干燥时是尝不出味道的。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [mʌtʃ] ['slɪpəri] ['fluːɪd]

For	this	reason	much	slippery	fluid
为了	这	原因	很多	滑	体液

因此，很多滑液

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	172	]
[	页	-	]

[第172页]

[floʊz] ['ɪntuː][ðə; ði] [maʊθ] [frʌm; frəm][glændz] ['ʌndər] [ðə; ði] [ɪrz] [ænd; ənd] [tʌŋ] .

flows	into	the	mouth	from	glands	under	the	ears	and	tongue	.
流量	进入	这	嘴	从	腺体	在下面	这	耳朵	和	舌头	.

血液从耳下和舌头下的腺体流入口腔。

[ðɪs] ['fluːɪd] , [kɔːld] [sə'laɪvə] , ['sɔːfənz] [ðə; ði]['sɑːlɪd] [fuːd] [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [wel] [tʃuːd] ,

This	fluid	,	called	saliva	,	softens	the	solid	food	when	it	is	well	chewed	,
这	体液	,	称为	唾液	,	软化	这	坚硬的	食物	什么时候	它	是	出色地	咀嚼	,

这种叫做唾液的液体，在充分咀嚼后能软化固体食物。

[soʊ][wiː; wi][kæn; kən] [teɪst] [ˌaɪ 'tiː] .

so	we	can	taste	it	.
所以	我们	能	品尝	它	.

这样我们就能尝尝了。

[ðə; ði] ['sensɪz] [ʌv; əv][ðə; ði] [skɪn] . — [ðer; ðər][ɑːr; ər] ['endiŋz] [ʌv; əv] [nəːvs] [ɪn][ðə; ði] [skɪn] [ɔːl]['oʊvər]

The	Senses	of	the	Skin	.	—	There	are	endings	of	nerves	in	the	skin	all	over
这	感官	的	这	皮肤	.	—	那里	是	结局	的	神经	在	这	皮肤	全部	超过

[ðə; ði]['bɑːdi] .

the	body	.
这	身体	.

皮肤的感觉——全身皮肤中遍布神经末梢。

[ðeɪ] [ɑːr; ər][ʌv; əv] [θriː] [ɔːr] [fɔːr] ['dɪfrənt] [kaɪndz] .

They	are	of	three	or	four	different	kinds	.
他们	是	的	三	或者	四	不同的	种类	.

它们有三到四种不同的种类。

[sʌm; səm][ʌv; əv][ðem; ðəm] [tel] [ˌjuː 'es] [ə'baʊt] [hiːt] , ['ʌðər] [tel] [ˌjuː 'es] [ə'baʊt] [koʊld] .

Some	of	them	tell	us	about	heat	,	others	tell	us	about	cold	.
一些	的	他们	告诉	我们	关于	热	,	其他的	告诉	我们	关于	寒冷的	.

有些讲述的是炎热，有些讲述的是寒冷。

[sʌm; səm] [tel] [ju: 'es] [ə'baʊt] [ðə; ði] [ʃeɪp] , [ðə; ði] ['smu:ðnəs] , [ɔ:r] ['hɑ:rdnəs] [ʌv; əv]['ɑ:bdʒekts] ,

Some	tell	us	about	the	shape	,	the	smoothness	,	or	hardness	of	objects	,
一些	告诉	我们	关于	这	形状	,	这	平滑度	,	或者	硬度	的	对象	,

有些描述物体的形状、光滑度或硬度，

[waɪl] ['ʌðər] [tel] [ju: 'es] [wen] [ðə; ði] [skɪn] [gets] [hɜ:rt] .

while	others	tell	us	when	the	skin	gets	hurt	.
尽管	其他的	告诉	我们	什么时候	这	皮肤	获得	伤害	.

而另一些人则会告诉我们皮肤何时受伤。

[moʊst][ʌv; əv][ðə; ði] [nɜ:rv] ['endiŋz] [ɑ:r; ər][ɪn][ðə; ði] [di:pər] [pɑ:rt][ʌv; əv][ðə; ði][skɪn] ,

Most	of	the	nerve	endings	are	in	the	deeper	part	of	the	skin	,
最多	的	这	神经	结局	是	在	这	更深	部分	的	这	皮肤	,

大部分神经末梢位于皮肤深层。

[soʊ] [ðæt] [ðeɪ] [ɑ:r; ər] ['kʌvərd] [baɪ][ðə; ði][ˌepɪ'dɜ:rmɪs][ænd; ənd] ['kænɑ:t] [bi:; bi][hɜ:rt][baɪ][ðə; ði] [rʌf]

so	that	they	are	covered	by	the	epidermis	and	cannot	be	hurt	by	the	rough
所以	那	他们	是	涵盖	经过	这	表皮	和	不能	是	伤害	经过	这	粗糙的

[θɪŋz] ['hændəld] .

things	handled	.
事物	处理	.

这样它们就被表皮覆盖，不会被粗糙的东西伤害。

['ælkəhɔ:l][ænd; ənd][ðə; ði] ['sensɪz] . — [ðə; ði] ['sensɪz] [ɑ:r; ər][bʌt; bət]['lɪt(ə)l] [ə'fektɪd] [baɪ][ə; eɪ] [smɔ:l]

Alcohol	and	the	Senses	.	—	The	senses	are	but	little	affected	by	a	small
酒精	和	这	感官	.	—	这	感官	是	但	小的	做作的	经过	一个	小的

[ə'maʊnt] [ʌv; əv][ˌælkə'hɑ:lɪk] [drɪŋk] .

amount	of	alcoholic	drink	.
数量	的	酗酒者	喝	.

酒精与感官——少量饮酒对感官的影响很小。

[ðə; ði] [sens] [ʌv; əv] [teɪst] , ['æftər] ['bi:ɪŋ] [ə'kʌstəmd] [tu:; tə][ðə; ði] ['ʃɑ:rpnəs] [ʌv; əv] [strɔ:ŋ] [drɪŋk] ,

The	sense	of	taste	,	after	being	accustomed	to	the	sharpness	of	strong	drink	,
这	感觉	的	品尝	,	后	存在	习惯	到	这	锐利度	的	强的	喝	,

味觉在习惯了烈酒的辛辣味道后，

[meɪ] [bi:; bi] [les] ['i:zəli] [pli:zd] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [teɪst] [ʌv; əv] ['kɑ:mən] [fu:d] [ænd; ənd] [drɪŋk] .

may	be	less	easily	pleased	with	the	taste	of	common	food	and	drink	.
可能	是	较少的	容易地	高兴	和	这	品尝	的	常见的	食物	和	喝	.

可能不太容易对普通食物和饮料的味道感到满意。

[ðə; ði][ju:z][ʌv; əv][lɑ:rdʒ] [ə'maʊnts] [ʌv; əv]['ælkəhɔ:l] [blʌnts] [ɔ:l][ðə; ði] ['sensɪz] .

The	use	of	large	amounts	of	alcohol	blunts	all	the	senses	.
这	使用	的	大的	金额	的	酒精	钝器	全部	这	感官	.

大量饮酒会麻痹所有感官。

[ɪn][ə; eɪ] ['drʌŋkən] [mæn][ðə; ði] ['sensɪz] [ʌv; əv][ðə; ði][skɪn][ɑ:r; ər][soʊ] [nʌmd] [ðæt] [hi:; hi] [dʌz] [nɑ:t]

In	a	drunken	man	the	senses	of	the	skin	are	so	numbed	that	he	does	not
在	一个	醉	男人	这	感官	的	这	皮肤	是	所以	麻木	那	他	做	不是

[noʊ] [wen] ['eniθɪŋ] ['tʌtʃɪz] [hɪm; ɪm] ,

know	when	anything	touches	him	,
知道	什么时候	任何事物	触摸	他	,

醉汉的皮肤感觉麻木，以至于他感觉不到任何东西触碰自己。

[ænd; ənd][hi:; hi] [meɪ] [bi:; bi]['bædli] [bə:nd] [bɪ'fɔ:r] [hi:; hi] [fi:lz] [ðə; ði][peɪn] .

and	he	may	be	badly	burned	before	he	feels	the	pain	.
和	他	可能	是	糟糕	烧伤	前	他	感觉	这	疼痛	.

他可能在感觉到疼痛之前就已经被严重烧伤了。

['hevi] ['drɪŋkɪŋ] [meɪks] [ðə; ði] ['hɪrɪŋ] [les] [ki:n] , [in'lɑ:dʒz] [ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] [ʌv; əv][ðə; ði] [aɪz] ,

Heavy	drinking	makes	the	hearing	less	keen	,	enlarges	the	blood	vessels	of	the	eyes	,
重的	喝	制作	这	听力	较少的	敏锐的	,	放大	这	血	船只	的	这	眼睛	,

长期酗酒会降低听力，扩张眼部血管。

[ænd; ənd] [meɪks] [ðem; ðəm] [ə'pɪr] [red] [ænd; ənd] ['blʌdʃɑːt] .

and	makes	them	appear	red	and	bloodshot	.
和	制作	他们	出现	红色的	和	充血	.

使它们看起来红肿充血。

[tə'bækoʊ][ænd; ənd][ðə; ði] ['sensɪz] . — [ðə; ði][juːz][ʌv; əv][tə'bækoʊ] [dʌz] [nɑːt]['ɪndʒər][ðə; ði] ['sensɪz] [ʌv; əv]

Tobacco	and	the	Senses	.	—	The	use	of	tobacco	does	not	injure	the	senses	of
烟草	和	这	感官	.	—	这	使用	的	烟草	做	不是	损伤	这	感官	的

[ðə; ði][skɪn][ænd; ənd]['juːʒuəli; 'juːʒəli][hæz; həz][noʊ]

the	skin	and	usually	has	no
这	皮肤	和	通常	有	不

烟草与感官——使用烟草不会损害皮肤感官，通常也不会造成其他影响。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	173	]
[	页	-	]

[第173页]

[ɪ'fekt] [ɑːn] ['hɪrɪŋ] .

effect	on	hearing	.
影响	在	听力	.

对听力的影响。

[bəuθ] ['tʃuːɪŋ] [ænd; ənd] ['smoʊkɪŋ] , [ɪf] [mʌtʃ] ['præktɪst] , [meɪk] [ðə; ði] [sens] [ʌv; əv] [teɪst] [les]

Both	chewing	and	smoking	,	if	much	practiced	,	make	the	sense	of	taste	less
两个都	咀嚼	和	吸烟	, 如果		很多	练习	,	制作	这	感觉	的	品尝	较少的

['delɪkət] ,

delicate	,
精美的	,

咀嚼和吸烟，如果经常进行，都会降低味觉的敏锐度。

[soʊ] [ðæt] [wʌn] ['kænɑːt] [ɪn'dʒɔɪ][hɪz; ɪz] [fuːd] [tuː; tə][ðə; ði] ['fʊlɪst] [ɪk'stent] .

so	that	one	cannot	enjoy	his	food	to	the	fullest	extent	.
所以	那	一	不能	享受	他的	食物	到	这	最	程度	.

因此，人们无法尽情享受美食。

[mʌtʃ] ['smoʊkɪŋ] [ʌv; əv][tə'bækoʊ] [meɪ] [hɜːrt][ðə; ði] [nɜːrv] [ʌv; əv] [saɪt] [ænd; ənd][ɪn][ə; eɪ] [fjuː] ['keɪsɪz][ˌaɪ 'tiː]

Much	smoking	of	tobacco	may	hurt	the	nerve	of	sight	and	in	a	few	cases	it
很多	吸烟	的	烟草	可能	伤害	这	神经	的	视线	和	在	一个	很少	案例	它

[hæz; həz] [meɪd] [men] [blaɪnd] .

has	made	men	blind	.
有	制成	男人	瞎的	.

长期大量吸烟可能会损害视觉神经，在少数情况下甚至会导致失明。

['meni] [bɔɪz] [hæv; həv] ['wiːkənd] [ðer; ðər] [aɪz] [baɪ][ðə; ði][juːz][ʌv; əv] [sɪgə'rets] .

Many	boys	have	weakened	their	eyes	by	the	use	of	cigarettes	.
许多	男孩们	有	减弱	他们的	眼睛	经过	这	使用	的	香烟	.

许多男孩因吸烟而导致视力下降。

['præktɪk(ə)l] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[neɪm] [ðə; ði] [tʃiːf] [sens] ['ɔrgənz] . [ˌtuː'tuː] .

Name	the	chief	sense	organs	.	2	.
姓名	这	首席	感觉	器官	.	2	.

1. 请列举主要感觉器官。

[ʌv; əv] [wʌt] [juːz][ɑːr; ər][ðə; ði] ['aɪˌlɪdz] [ænd; ənd] [terz] ? [θriː] .

Of	what	use	are	the	eyelids	and	tears	?	3	.
的	什么	使用	是	这	眼睑	和	眼泪	?	3	.

眼睑和眼泪有什么用呢？3.

[neɪm] [fɔːr] [pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði] ['aɪbɔːl] . [fɔːr] .

Name	**four**	**parts**	**of**	**the**	**eyeball**	**.**	**4**	**.**
姓名	四	部分	的	这	眼球	.	4	.

4. 请说出眼球的四个组成部分。

[wʌt] [ɪz][ðə; ði]['aɪrɪs] ? [faɪv] .

What	**is**	**the**	**iris**	**?**	**5**	**.**
什么	是	这	鸢尾花	?	5	.

虹膜是什么？5.

[ʌv; əv] [wʌt] [juːz][ɪz][ðə; ði][lenz] ? [sɪks] .

Of	**what**	**use**	**is**	**the**	**lens**	**?**	**6**	**.**
的	什么	使用	是	这	镜片	?	6	.

6. 这枚镜头有什么用?

[wʌt] [muːvz] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] ? ['sɛvən] .

What	**moves**	**the**	**eyeball**	**?**	**7**	**.**
什么	移动	这	眼球	?	7	.

是什么驱动眼球运动？7.

[wen] [duː] ['tʃɪldrən] [get] [wiːk] [aɪz] ? [eɪt] .

When	**do**	**children**	**get**	**weak**	**eyes**	**?**	**8**	**.**
什么时候	做	孩子们	得到	虚弱的	眼睛	?	8	.

儿童何时会出现视力下降？8.

[haʊ] [ɑːr; ər][ðə; ði] [aɪz] ['ɔːf(ə)n][hɜːrt] ? [naɪn] .

How	**are**	**the**	**eyes**	**often**	**hurt**	**?**	**9**	**.**
如何	是	这	眼睛	经常	伤害	?	9	.

眼睛经常会有哪些疼痛症状？9.

[haʊ] [meɪ] [pʊr] [aɪz] [biː; bi] [helpt] ? - .

How	**may**	**poor**	**eyes**	**be**	**helped**	**?**	**10**	**.**
如何	可能	贫穷的	眼睛	是	帮助	?	-	.

如何帮助视力障碍者？10.

[wʌt] [meɪks] [ðə; ði] [aɪz] [sɔːr] ? - .

What	**makes**	**the**	**eyes**	**sore**	**?**	**11**	**.**
什么	制作	这	眼睛	疮	?	-	.

什么会让人眼睛酸痛？11.

[haʊ] [duː][dʒəːmz][get]['ɪntuː][ðə; ði] [aɪz] ? - .

How	**do**	**germs**	**get**	**into**	**the**	**eyes**	**?**	**12**	**.**
如何	做	细菌	得到	进入	这	眼睛	?	-	.

细菌是如何进入眼睛的？12.

[neɪm] [ðə; ði] [θriː] [pɑːrts][ʌv; əv][ðə; ði] [ɪr] . - .

Name	**the**	**three**	**parts**	**of**	**the**	**ear**	**.**	**13**	**.**
姓名	这	三	部分	的	这	耳朵	.	-	.

说出耳朵的三个组成部分。13.

[wʌt] [dʌz] [ðə; ði] ['ɪnər] [ɪr] [kən'teɪn] ? - .

What	**does**	**the**	**inner**	**ear**	**contain**	**?**	**14**	**.**
什么	做	这	内	耳朵	包含	?	-	.

内耳包含哪些结构？14.

[wʌt] [meɪ] [rɪ'zʌlt] [frʌm; frəm] [ni'glektɪŋ] [ə; eɪ] [sɪk] [ɪr] ? - .

What	**may**	**result**	**from**	**neglecting**	**a**	**sick**	**ear**	**?**	**15**	**.**
什么	可能	结果	从	疏忽	一个	生病的	耳朵	?	-	.

忽视患病耳朵的治疗可能导致什么后果？15.

[ʌv; əv] [wʌt] [juːz][ɪz] [smel] ? - .

Of	**what**	**use**	**is**	**smell**	**?**	**16**	**.**
的	什么	使用	是	闻	?	-	.

气味有什么用？16.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [fuːd] [biː; bi] [wel] [tʃuːd] ? - .

Why	should	food	be	well	chewed	?	17	.
为什么	应该	食物	是	出色地	咀嚼	?	-	.

为什么食物需要充分咀嚼？17.

[ɪn] [wʌt] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [skɪn] [ɑːr; ər][moʊst][ʌv; əv][ðə; ði] [nɜːrv] ['endiŋz] ? - .

In	what	part	of	the	skin	are	most	of	the	nerve	endings	?	18	.
在	什么	部分	的	这	皮肤	是	最多	的	这	神经	结局	?	-	.

皮肤的哪个部位分布着最多的神经末梢？18.

[wʌt] [ɪ'fekt] [dʌz] [tə'bækoʊ][hæv; həv][ɑːn][ðə; ði] [sens] [ʌv; əv] [teɪst] ?

What	effect	does	tobacco	have	on	the	sense	of	taste	?
什么	影响	做	烟草	有	在	这	感觉	的	品尝	?

烟草对味觉有什么影响?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	174	]
[	页	-	]

[第174页]

['tʃæptər] [ˌeksˈeksˈaɪˈaɪˈaɪ]

CHAPTER	XXIII
章	二十三

第二十三章

['kiːpɪŋ] [ə'weɪ] ['sɪknəs]

KEEPING	AWAY	SICKNESS
保持	离开	疾病

远离疾病

[tuː] [mʌtʃ] ['sɪknəs] . — ['meni] [dɪ'ziːzɪz] [ɑːr; ər] [kɔːzd] [baɪ]['aʊər; ɑːr] [oʊn] ['kerləsnəs] [ænd; ənd]

Too	Much	Sickness	.	—	Many	diseases	are	caused	by	our	own	carelessness	and
也	很多	疾病	.	—	许多	疾病	是	导致	经过	我们的	自己的	疏忽	和

['aʊər; ɑːr][bæd]['hæbɪts][ʌv; əv] ['lɪvɪŋ] .

our	bad	habits	of	living	.
我们的	坏的	习惯	的	活的	.

疾病缠身——许多疾病都是由于我们自身的粗心大意和不良生活习惯造成的。

[wiː; wi][hæv; həv] [əˈbaʊt] [wʌn]['dɑːktər][fɔːr; fər] ['evri] [wʌn] ['hʌndrəd] ['fæməliz] .

We	have	about	one	doctor	for	every	one	hundred	families	.
我们	有	关于	一	医生	为了	每一个	一	百	家庭	.

我们这里大约每100户人家才有一名医生。

[ðer; ðər][ɑːr; ər] [ɪ'nʌf] ['piːp(ə)l] [sɪk] ['evri] [deɪ] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ] ['sɪti] [æz; əz][lɑːrdʒ][æz; əz] [nuː] [jɔːk]

There	are	enough	people	sick	every	day	to	make	a	city	as	large	as	New	York
那里	是	足够的	人们	生病的	每一个	天	到	制作	一个	城市	作为	大的	作为	新的	约克

[ɔːr][tuː; tə]['iːkwəl][ðə; ði] ['nʌmbər] [ʌv; əv] ['piːp(ə)l] ['lɪvɪŋ] [ɪn][ðə; ði] [ˌθɜːr'tiːn] [steɪts] [ʌv; əv]['aɪdəhoʊ] ,

or	to	equal	the	number	of	people	living	in	the	thirteen	states	of	Idaho	,
或者	到	平等的	这	数字	的	人们	活的	在	这	十三	各州	的	爱达荷州	,

每天生病的人数足以组成一个像纽约一样大的城市，或者相当于爱达荷州十三个州的人口总数。

[nə'vædə; nə'vɑːdə] , [waɪ'oʊmɪŋ] , [ˌærɪ'zoʊnə] , [nuː] ['meksɪkoʊ] , ['juːˌtɑː] , ['deləwɛə] , [mɑːn'tænə] , [vər'mɑːnt]

Nevada	,	Wyoming	,	Arizona	,	New	Mexico	,	Utah	,	Delaware	,	Montana	,	Vermont
内华达州	,	怀俄明州	,	亚利桑那	,	新的	墨西哥	,	犹他州	,	特拉华州	,	蒙大拿	,	佛蒙特

, [nuː] ['hæmpʃə] , [nɔːrθ] [də'koʊtə][ænd; ənd] [saʊθ] [də'koʊtə] ,

,	New	Hampshire	,	North	Dakota	and	South	Dakota	,
,	新的	汉普郡	,	北	达科他州	和	南	达科他州	,

内华达州、怀俄明州、亚利桑那州、新墨西哥州、犹他州、特拉华州、蒙大拿州、佛蒙特州、新罕布什尔州、北达科他州和南达科他州

[ænd; ənd][ˌoʊkləˈhoʊmə] .

and	Oklahoma	.
和	俄克拉荷马州	.

还有俄克拉荷马州。

[ə; eɪ] ['kerf(ə)l] ['stʌdi] [ʌv; əv] [dɪ'ziːz] [ænd; ənd][ɪts] [kɔːz] [ʃoʊz] [ðæt] [æt; ət] [liːst] [wʌn] [hæf] [ʌv; əv] [ɔːl]

A	careful	study	of	disease	and	its	cause	shows	that	at	least	one	half	of	all
一个	小心	学习	的	疾病	和	它是	原因	演出	那	在	至少	一	一半	的	全部

[ðə; ði] ['sɪknəs] [ɪn]['aʊər; ɑːr][lænd][kæn; kən][biː; bi] [ə'vɔɪdɪd] [baɪ] [raɪt] ['lɪvɪŋ] .

the	sickness	in	our	land	can	be	avoided	by	right	living	.
这	疾病	在	我们的	土地	能	是	避免	经过	正确的	活的	.

仔细研究疾病及其病因可知，我国至少一半的疾病可以通过正确的生活方式来避免。

[ðə; ði] [kɔːz] [ʌv; əv] ['sɪknəs] . — [sʌm; səm] ['piːp(ə)l] [ɑːr; ər][soʊ] ['fuːlɪʃ] [æz; əz][tuː; tə] [meɪk] [ðəm'selvz] [sɪk] .

The	Cause	of	Sickness	.	—	Some	people	are	so	foolish	as	to	make	themselves	sick	.
这	原因	的	疾病	.	—	一些	人们	是	所以	愚蠢	作为	到	制作	他们自己	生病的	.

疾病的起因——有些人愚蠢到让自己生病。

[ðeɪ] ['wiːkən] [ðə; ði]['bɑːdi][baɪ]['juːzɪŋ] [mʌtʃ] [bɪr] [ɔːr] [waɪn] , [baɪ] ['briːðɪŋ] [bæd] [er] ,

They	weaken	the	body	by	using	much	beer	or	wine	,	by	breathing	bad	air	,
他们	削弱	这	身体	经过	使用	很多	啤酒	或者	葡萄酒	,	经过	呼吸	坏的	空气	,

他们大量饮用啤酒或葡萄酒，呼吸污浊的空气，都会削弱身体。

[baɪ] [læk] [ʌv; əv]['eksərsaɪz] , [ɔːr][baɪ][fæst] ['iːtɪŋ] .

by	lack	of	exercise	,	or	by	fast	eating	.
经过	缺少	的	锻炼	,	或者	经过	快速地	吃	.

缺乏运动或进食过快都会导致这种情况。

[wen] [ðə; ði]['bɑːdi] [bɪ'kʌmz] [wiːk] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə][get] [sɪk] [æt; ət] ['eni] [taɪm] .

When	the	body	becomes	weak	,	it	is	likely	to	get	sick	at	any	time	.
什么时候	这	身体	变成	虚弱的	,	它	是	可能	到	得到	生病的	在	任何	时间	.

身体虚弱时，随时都可能生病。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv] [dɪ'ziːzɪz] .

93	—	The	germs	of	diseases	.
-	—	这	细菌	的	疾病	.

93——致病菌。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːrdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɑːt] ['ɔːlweɪz] ['aʊər; ɑːr] [oʊn] [fɔːlt] [wen] [wiː; wi][ɑːr; ər] [sɪk] .

It	is	not	always	our	own	fault	when	we	are	sick	.
它	是	不是	总是	我们的	自己的	过错	什么时候	我们	是	生病的	.

生病并不总是我们自己的错。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [kɔːzd] [baɪ][ðə; ði] ['kerləsnəs] [ʌv; əv] ['ʌðər] [huː] [hæv; həv][let][dʒəːmz] [ɪ'skeɪp] [frʌm; frəm][ðer; ðər] ['bɑːdɪz] [soʊ] [ðæt] [ðeɪ]

It	may	be	caused	by	the	carelessness	of	others	who	have	let	germs	escape	from	their	bodies	so	that	they
它	可能	是	导致	经过	这	疏忽	的	其他的	WHO	有	让	细菌	逃脱	从	他们的	身体	所以	那	他们

这可能是由于他人粗心大意，让细菌从体内逸出造成的，因此他们

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 175]
[页 -]

[第175页]

[ɑːr; ər]['eɪb(ə)l][tuː; tə] [riːtʃ] [ˌjuː 'es] .
are able to reach us .
是 有能力的 到 抵达 我们 .

能够联系我们。

[wʌn] [hæf] [ʌv; əv][ðə; ði] ['sɪknəs] [ɪn]['aʊər; ɑːr][lænd][ɪz]['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ] ['sɪknəs] .
One half of the sickness in our land is catching sickness .
一 一半 的 这 疾病 在 我们的 土地 是 捕捉 疾病 .

我们国家一半的疾病都是由传染病引起的。

[ðæt] [ɪz] ,
That is ,
那 是 ,

那是，

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['sɪknəs] [wɪtʃ] ['paːsiz][frʌm; frəm][wʌn]['pɜːrs(ə)n][tuː; tə] [ə'nʌðər] [ænd; ənd][ɪz] [kɔːzd] [baɪ]['taɪni]
it is sickness which passes from one person to another and is caused by tiny
它 是 疾病 哪个 通过 从 一 人 到 其他 和 是 导致 经过 微小的
[dʒəːmz][ɔːr]['maɪkrəʊbz] .
germs or microbes .
细菌 或者 微生物 .

它是由微小的细菌或微生物引起的，会从一个人传染给另一个人的疾病。

[ə; eɪ]['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ] ['sɪknəs] [ɪz] [kɔːld] [ə; eɪ] [kən'teɪdʒəs] [dɪ'ziːz] .
A catching sickness is called a contagious disease .
一个 捕捉 疾病 是 称为 一个 传染性 疾病 .

容易传染的疾病称为传染病。

[sʌm; səm][ʌv; əv][ðə; ði] ['kɑːmən] ['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ] [dɪ'ziːzɪz] [ɑːr; ər] [sɔːr] [θroʊt] , ['koʊldz] , [dɪf'θɪriəˌdɪp'θɪriə] ,
Some of the common catching diseases are sore throat , colds , diphtheria ,
一些 的 这 常见的 捕捉 疾病 是 疮 喉 , 感冒 , 白喉 ,
[nuː'moʊniə] , ['taɪfɔɪd] ['fiːvər] , ['miːz(ə)lz] ,
pneumonia , typhoid fever , measles ,
肺炎 , 伤寒 发烧 , 麻疹 ,

一些常见的传染病有咽喉痛、感冒、白喉、肺炎、伤寒、麻疹等。

[grɪp] , [ænd; ənd]['wuːpɪŋ; 'wʊpɪŋ] [kɔːf] .
grippe , and whooping cough .
流感 , 和 欢呼 咳嗽 .

流感和百日咳。

[haʊ] [wiː; wi] [get] [ə; eɪ]['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ] ['sɪknəs] . — [wiː; wi] [get] [ə; eɪ]['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ] ['sɪknəs] [baɪ] ['teɪkɪŋ]
How we get a Catching Sickness . — We get a catching sickness by taking
如何 我们 得到 一个 捕捉 疾病 . — 我们 得到 一个 捕捉 疾病 经过 采取
['ɪntuː]['aʊər; ɑːr] ['bɑːdɪz] [ðə; ði][dʒəːmz][frʌm; frəm][sʌm; səm] ['ʌðər] ['pɜːrs(ə)n] .
into our bodies the germs from some other person .
进入 我们的 身体 这 细菌 从 一些 其他 人 .

我们是如何感染传染病的？——我们通过摄入来自其他人的病菌而感染传染病。

[ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv][ðə; ði] [sɪk] [duː][nɑːt] [pæs] [ɔːf] [ɪn][ðə; ði] [breθ] ,
The germs of the sick do not pass off in the breath ,
这 细菌 的 这 生病的 做 不是 经过 离开 在 这 气息 ,

病人的病菌不会通过呼吸传播。

[bʌt; bət][ɪn][ðə; ði][spɪt][ɔːr] ['eniθɪŋ] [els] [wɪtʃ] [kʌmz] [frʌm; frəm][ðer; ðər] ['bɑːdɪz] .
but in the spit or anything else which comes from their bodies .
但 在 这 吐 或者 任何事物 别的 哪个 来 从 他们的 身体 .

但包括唾液或身体排出的任何其他物质。

[ðɪs] [ɪz] [waɪ] [ðə; ði] [spɪt] [ænd; ənd] [ɔ:l] [slɑ:ps] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [sɪk] [ru:m] [ʃʊd; ʃəd] [bi:; bi] [bə:nd] ,

This	is	why	the	spit	and	all	slops	from	the	sick	room	should	be	burned	,
这	是	为什么	这	吐	和	全部	污水	从	这	生病的	房间	应该	是	烧伤	,

这就是为什么应该把病房里的唾液和所有残羹剩饭都烧掉的原因。

['berid] , [ɔ:r] [dɪ'strɔɪd] [ɪn] [sʌm; səm] [wei] .

buried	,	or	destroyed	in	some	way	.
埋葬	, 或者		损毁	在	一些	方式	.

被掩埋或以某种方式损毁。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [haʊ] [ðə; ði] [dʒə:mz] [ʌv; əv] [dɪ'zi:z] [stɑ:rt] [ɑ:n] [ðer; ðər] ['mɪʃ(ə)n] [ʌv; əv] [deθ] .

94	—	How	the	germs	of	disease	start	on	their	mission	of	death	.
-	—	如何	这	细菌	的	疾病	开始	在	他们的	使命	的	死亡	.

94 —致病细菌如何开始它们的死亡使命。

[ðɪs] ['su:ər] ['kæriz] [slɑ:ps] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['haʊzɪz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [sɪk] [ænd; ənd] [wel] [ænd; ənd] ['emptiz]

This	sewer	carries	slops	from	the	houses	of	the	sick	and	well	and	empties
这	下水道	携带	污水	从	这	房屋	的	这	生病的	和	出色地	和	空瓶

['ɪntu:] [ə; eɪ] [stri:m] [ju:st] [bɪ'loʊ] [fɔ:r; fər] ['drɪŋkɪŋ] ['wɔ:tər] .

into	a	stream	used	below	for	drinking	water	.
进入	一个	溪流	用过的	以下	为了	喝	水	.

这条污水沟将病人和健康人家中的污水排入下方用作饮用水的小溪中。

[wi:; wi] [ʃʊd; ʃəd] [θɪŋk] [ˌaɪ 'ti:] ['veri] ['wɪkɪd] [ɪf] [ə; eɪ] ['ʃoʊmən] [ʃʊd; ʃəd] [tɜ:rn] [hɪz; ɪz] ['laɪənz] [ænd; ənd] ['taɪgɝz]

We	should	think	it	very	wicked	if	a	showman	should	turn	his	lions	and	tigers
我们	应该	思考	它	非常	邪恶	如果	一个	表演者	应该	转动	他的	狮子	和	老虎

[lu:s] [ɪn] [ə; eɪ] [kraʊd] [ʌv; əv] ['wɪmɪn] [ænd; ənd] ['tʃɪldrən] .

loose	in	a	crowd	of	women	and	children	.
松动的	在	一个	人群	的	女性	和	孩子们	.

如果一个表演者把狮子和老虎放到一群妇女和儿童中间，我们应该认为这是非常邪恶的行为。

['sʌmbɑ:di] [wʊd] ['ʃʊrli] [bi:; bi] [kɪld] [ænd; ənd] ['ʌðər] [hɜ:rt] .

Somebody	would	surely	be	killed	and	others	hurt	.
某人	会	一定	是	被杀	和	其他的	伤害	.

肯定会有人丧命，其他人也会受伤。

[ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [dʒʌst] [æz; əz] [rɔ:ŋ] [tu:; tə] [tɜ:rn] [lu:s] [ðə; ði]

It	is	just	as	wrong	to	turn	loose	the
它	是	只是	作为	错误的	到	转动	松动的	这

放任不管同样是错误的。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	176	]
[	页	-	]

[第176页]

[dʒə:mz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [sɪk] [baɪ] ['θroʊɪŋ] [ðə; ði] [spɪt] [ænd; ənd] [ðə; ði] [slɑ:ps] [wer] [ðeɪ] [wɪl] [get] ['ɪntu:]

germs	of	the	sick	by	throwing	the	spit	and	the	slops	where	they	will	get	into
细菌	的	这	生病的	经过	投掷	这	吐	和	这	污水	在哪里	他们	将要	得到	进入

[ə; eɪ] [stri:m] [ɔ:r] [wer] [ðə; ði] [flaɪz] [meɪ] [faɪnd] [ðem; ðəm] [ænd; ənd] [baɪ] ['sɔɪlɪŋ] [ðer; ðər] [fi:t] [li:v]

a	stream	or	where	the	flies	may	find	them	and	by	soiling	their	feet	leave
一个	溪流	或者	在哪里	这	苍蝇	可能	寻找	他们	和	经过	污渍	他们的	脚	离开

[deθ] [ɪn] [ðer; ðər] [treɪl] [wer'evər] [ðeɪ] [krɔ:l] .

death	in	their	trail	wherever	they	crawl	.
死亡	在	他们的	踪迹	无论	他们	爬行	.

病人将唾液和泔水扔到溪流里或苍蝇能找到的地方，弄脏了脚，所到之处都留下了死亡的痕迹。

[haʊ] [ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv] ['sɪknəs] [kætʃ] [juː 'es] . — [ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv] ['sɪknəs] [hæv; həv][noʊ] [fiːt]

How	the	Germs	of	Sickness	catch	Us	.	—	The	germs	of	sickness	have	no	feet
如何	这	细菌	的	疾病	抓住	我们	.	—	这	细菌	的	疾病	有	不	脚

[tuː; tə] [wɔːk] [ænd; ənd][noʊ] [wɪŋz] [tuː; tə][flai] ,

to	walk	and	no	wings	to	fly	,
到	走	和	不	翅膀	到	飞	,

病菌是如何感染我们的？——病菌没有脚走路，也没有翅膀飞翔。

[jet] [ðeɪ] ['iːzəli] ['træv(ə)l][frʌm; frəm][ðə; ði] [sɪk] [tuː; tə][ðə; ði] [wel] .

yet	they	easily	travel	from	the	sick	to	the	well	.
然而	他们	容易地	旅行	从	这	生病的	到	这	出色地	.

然而，它们却能轻易地从病人传播到健康人身上。

[ðeɪ] [ɑːr; ər][nɑːt] [kɪld] [baɪ] ['biːɪŋ] ['froʊz(ə)n] , [ɔːr] [draʊnd] [baɪ] ['floʊtɪŋ] [ɪn]['wɔːtər] , [ɔːr] [dɪ'strɔɪd] [baɪ]

They	are	not	killed	by	being	frozen	,	or	drowned	by	floating	in	water	,	or	destroyed	by
他们	是	不是	被杀	经过	存在	冷冻	,	或者	溺水	经过	漂浮的	在	水	,	或者	损毁	经过

['draɪɪŋ] .

drying	.
烘干	.

它们不会被冻死，也不会被漂浮在水中淹死，更不会被风干破坏。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ðeɪ] [kæn; kən]['træv(ə)l][wɪð; wɪθ][ðə; ði][aɪs] , ['wɔːtər] , [mɪlk] , [ænd; ənd] [dʌst] .

For	this	reason	they	can	travel	with	the	ice	,	water	,	milk	,	and	dust	.
为了	这	原因	他们	能	旅行	和	这	冰	,	水	,	牛奶	,	和	灰尘	.

因此，它们可以带着冰、水、牛奶和尘土旅行。

[ɪn] ['bʌfəloʊ] , [nuː] [jɔːk] ,

In	Buffalo	,	New	York	,
在	水牛	,	新的	约克	,

在纽约州布法罗市，

['fɪfti] - ['sev(ə)n] ['tʃɪldrən] [kɔːt] [ðə; ði]['skɑːrlət]['fiːvər] [ɪn] [wʌn] [wiːk] [baɪ] ['juːzɪŋ] [mɪlk] [kɛəd] [fɔːr; fər][baɪ]

fifty	-	seven	children	caught	the	scarlet	fever	in	one	week	by	using	milk	cared	for	by
五十	-	七	孩子们	捕捉	这	猩红	发烧	在	一	星期	经过	使用	牛奶	关心	为了	经过

[ə; eɪ] [bɔɪ] [huː] [wʌz; wəz] ['getɪŋ] [wel] [frʌm; frəm][ðə; ði]['skɑːrlət]['fiːvər] .

a	boy	who	was	getting	well	from	the	scarlet	fever	.
一个	男生	WHO	曾是	获得	出色地	从	这	猩红	发烧	.

一周内，有 57 名儿童因饮用了正在康复的猩红热男孩照顾的牛奶而感染了猩红热。

[ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv] ['sɪknəs] [ɑːr; ər][soʊ] [smɔːl] [ðæt] [ə; eɪ] ['mɪljən] [kæn; kən] [hæŋ] [tuː; tə][ðə; ði][hændz]

The	germs	of	sickness	are	so	small	that	a	million	can	hang	to	the	hands
这	细菌	的	疾病	是	所以	小的	那	一个	百万	能	悬挂	到	这	双手

[ɔːr] ['kloʊðɪŋ] [ænd; ənd][nɑːt][biː; bi] [siːn] .

or	clothing	and	not	be	seen	.
或者	衣服	和	不是	是	已见	.

致病细菌非常微小，数百万个细菌可以附着在手上或衣服上而不被人看到。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ðeɪ] [ɑːr; ər]['ɔːf(ə)n] [left] ['klɪŋɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] ['fɪŋgərz] , [desks] , [bʊks] , [ænd; ənd]

For	this	reason	they	are	often	left	clinging	to	the	fingers	,	desks	,	books	,	and
为了	这	原因	他们	是	经常	左边	依恋	到	这	手指	,	桌子	,	图书	,	和

['penslz] ,

pencils	,
铅笔	,

因此，它们常常粘在手指、桌子、书本和铅笔上。

[ænd; ənd]['træv(ə)l][ɪn][lɑːrdʒ]

and	travel	in	large
和	旅行	在	大的

并进行大规模旅行

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 177]
[页 -]

[第177页]

['nʌmbərz] [ɑːn][ðə; ði] [fiːt] [ʌv; əv] [flaɪz] .
numbers on the feet of flies .
数字 在 这 脚 的 苍蝇 .

苍蝇脚上的数字。

[ðə; ði] ['ʃʊrɪst] [wei] [ðə; ði][dʒəːmz][hæv; həv][ʌv; əv] ['getɪŋ] [frʌm; frəm][wʌn]['pɜːrs(ə)n][tuː; tə] [ə'nʌðər] [ɪz][baɪ]
The surest way the germs have of getting from one person to another is by
这 最可靠的 方式 这 细菌 有 的 获得 从 一 人 到 其他 是 经过
[ðə; ði] ['kɑːmən] ['drɪŋkɪŋ] [kʌp] .
the common drinking cup .
这 常见的 喝 杯子 .

细菌从一个人传播到另一个人的最可靠途径就是通过公用的饮水杯。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv] [klɪr] [biːf] [brɔːθ] ['dʒeli][ɪn] [wɪtʃ] [ə; eɪ][flai] [wɔːkt] [faɪv] ['mɪnɪts] ['skætərɪŋ]
95 — Photograph of clear beef broth jelly in which a fly walked five minutes scattering
- — 照片 的 清除 牛肉 肉汤 果冻 在 哪个 一个 飞 步行 五 分钟 散射
[dʒəːmz] .
germs .
细菌 .

95 —一张清澈的牛肉汤冻的照片，一只苍蝇在其中走了五分钟，散播了细菌。

[tuː] [deɪz] ['leɪtər] [iːtʃ] [dʒɜːrm] [brʌʃt] [ɔːf][ðə; ði][flaɪz] [fiːt] [gruː] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɪti] [ʌv; əv][dʒəːmz]
Two days later each germ brushed off the fly's feet grew into a city of germs
二 天 之后 每个 细菌 刷过 离开 这 苍蝇 脚 生长 进入 一个 城市 的 细菌
[ə'piərɪŋ] [æz; əz][ə; eɪ] [waɪt] [spɑːt] .
appearing as a white spot .
出现 作为 一个 白色的 点 .

两天后，苍蝇脚上沾染的每一个细菌都繁殖成细菌聚集地，形成一个个白色斑点。

[ðə; ði] ['kɑːmən] ['drɪŋkɪŋ] [kʌp] [ɪz][æn; ən] [ɪks'tʃeɪndʒ] ['steɪʃ(ə)n][fɔːr; fər][dʒəːmz] . — [ðə; ði][moʊst] ['kerf(ə)l]
The Common Drinking Cup is an Exchange Station for Germs . — The most careful
这 常见的 喝 杯子 是 一个 交换 车站 为了 细菌 . — 这 最多 小心
[ig,zæmi'neiʃənz] [hæv; həv] [ʃoʊn] [ðæt] [ðer; ðər][ɑːr; ər]['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv] ['tʃɪldrən] [æz; əz] [wel]
examinations have shown that there are thousands of children as well
考试 有 所示 那 那里 是 数千 的 孩子们 作为 出色地
[æz; əz] [groʊn] ['pɜːsənz] [huː] [hæv; həv] ['veri] [laɪt] [ə'tæks] [ʌv; əv]['skɑːrlət]['fiːvər] ,
as grown persons who have very light attacks of scarlet fever ,
作为 生长 人 WHO 有 非常 光 攻击 的 猩红 发烧 ,

公用的饮水杯是细菌交换站。——最仔细的检查表明，成千上万的儿童和成年人都曾出现过轻微的猩红热症状。

[tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] ,
tuberculosis ,
结核 ,

结核，

[ɔːr] ['ʌðər] [dɪ'ziːzɪz] [ænd; ənd][goʊ][tuː; tə] [skuːl] [ɔːr] [ə'baʊt] [ðer; ðər][wɜːrk] ['skætərɪŋ] [ðə; ði][dʒəːmz]
or other diseases and go to school or about their work scattering the germs
或者 其他 疾病 和 去 到 学校 或者 关于 他们的 工作 散射 这 细菌
[ʌv; əv] ['sɪknəs] [ɪn][ðer; ðər] [spɪt] .
of sickness in their spit .
的 疾病 在 他们的 吐 .

或者其他疾病，然后去上学或上班，通过唾液传播病菌。

[ə; eɪ] [tʃaɪld] ['seldəm] [drɪŋks] [frʌm; frəm] [ə; eɪ] [kʌp] [wɪ'ðaʊt] ['liːvɪŋ] [ɑːn] [aɪ 'tiː] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz] [ʌv; əv]

A	**child**	**seldom**	**drinks**	**from**	**a**	**cup**	**without**	**leaving**	**on**	**it**	**thousands**	**of**
一个	孩子	很少	饮料	从	一个	杯子	没有	离开	在	它	数千	的

[dʒəːmz] .

germs	**.**
细菌	.

孩子用过的杯子里，很少不会留下成千上万的细菌。

[sʌm; səm] [ʌv; əv] [ðiːz] [meɪ] [biː; bi] [dʒəːmz] [wɪtʃ] [wɪl] [kɔːz] ['sɪknəs] .

Some	**of**	**these**	**may**	**be**	**germs**	**which**	**will**	**cause**	**sickness**	**.**
一些	的	这些	可能	是	细菌	哪个	将要	原因	疾病	.

其中一些可能是致病细菌。

[ɑːn] [wʌn] ['drɪŋkɪŋ] [kʌp] [juːst] [ɪn] [ə; eɪ] [skuːl] ,

On	**one**	**drinking**	**cup**	**used**	**in**	**a**	**school**	**,**
在	一	喝	杯子	用过的	在	一个	学校	,

在学校使用的一个饮水杯上，

[ðə; ði] [dʒəːmz] [wɜːr; wər] [faʊnd] [tuː; tə] [biː; bi] [æz; əz] [θɪk] [æz; əz] [ðə; ði] [liːvz] [ɑːn] [ə; eɪ] ['meɪp(ə)l] [triː] [ɪn]

the	**germs**	**were**	**found**	**to**	**be**	**as**	**thick**	**as**	**the**	**leaves**	**on**	**a**	**maple**	**tree**	**in**
这	细菌	是	成立	到	是	作为	厚的	作为	这	树叶	在	一个	枫	树	在

[dʒuːn] .

June	**.**
六月	.

发现这些细菌的菌丝体厚得像六月份枫树的叶子一样。

[ɪn] [æn; ən] [oʊ'haɪoʊ] [skuːl] [wʌn] [wɔːrm] [deɪ] ,

In	**an**	**Ohio**	**school**	**one**	**warm**	**day**	**,**
在	一个	俄亥俄州	学校	一	温暖的	天	,

在一个温暖的日子里，俄亥俄州的一所学校里

[ə; eɪ] [bɔɪ] [wɪð; wɪθ] [bɪ'gɪnɪŋ] ['miːz(ə)lz] [dræŋk] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [kʌp] [wɪtʃ] [wʌz; wəz] ['æftərwərd] [juːst]

a	**boy**	**with**	**beginning**	**measles**	**drank**	**from**	**the**	**cup**	**which**	**was**	**afterward**	**used**
一个	男生	和	开始	麻疹	喝	从	这	杯子	哪个	曾是	之后	用过的

[ɑːn] [ðə; ði] [seɪm] [deɪ] [baɪ] [ðə; ði] ['tiːtʃər] [ænd; ənd] [ɔːl] [ðə; ði] ['ʌðər] ['pjuːp(ə)lz] .

on	**the**	**same**	**day**	**by**	**the**	**teacher**	**and**	**all**	**the**	**other**	**pupils**	**.**
在	这	相同的	天	经过	这	老师	和	全部	这	其他	学生	.

一名患有麻疹初期症状的男孩喝了杯子里的水，而老师和当天所有其他学生也都用了这个杯子。

[ɪn] [les] [ðæn; ðən] [tuː] [wiːks] ['evri] ['pjuːp(ə)l] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['tiːtʃər] [wɜːr; wər] ['sʌfərɪŋ] [frʌm; frəm]

In	**less**	**than**	**two**	**weeks**	**every**	**pupil**	**and**	**the**	**teacher**	**were**	**suffering**	**from**
在	较少的	比	二	周	每一个	瞳孔	和	这	老师	是	痛苦	从

['miːz(ə)lz] .

measles	**.**
麻疹	.

不到两周时间，所有学生和老师都患上了麻疹。

[pʊt]

Put
放

放

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**178**	**]**
[	页	-	]

[第178页]

['nʌθɪŋ] ['ɪntuː] [jʊr; jər] [maʊθ] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] [ɪn] [ə'nʌðɚz] [maʊθ] .

nothing	**into**	**your**	**mouth**	**which**	**has**	**been**	**in**	**another's**	**mouth**	**.**
没有什么	进入	你的	嘴	哪个	有	到过	在	另一个的	嘴	.

不要把别人嘴里吃过的东西放进自己嘴里。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ə; eɪ] ['skuːlhaʊs] [ɪn]['mɔːrgən] ['kaʊnti] , [oʊ'haɪoʊ] ,
96 — A schoolhouse in Morgan county , Ohio ,
- — 一个 校舍 在 摩根 县 , 俄亥俄州 ,

96 —俄亥俄州摩根县的一所校舍，

[wer] [ˌsɪks'tiːn] ['pjuːp(ə)lz][ænd; ənd][ðə; ði] ['tiːtʃər] [kɔːt] [ðə; ði] ['miːz(ə)lz] [ɪn][wʌn] [deɪ] [baɪ] ['drɪŋkɪŋ]
where sixteen pupils and the teacher caught the measles in one day by drinking
在哪里 十六 学生 和 这 老师 捕捉 这 麻疹 在 一 天 经过 喝
[frʌm; frəm][ə; eɪ] [kʌp] [wɪtʃ] [hæd; həd] [bɪn] [juːst] [baɪ][ə; eɪ] [bɔɪ] [sɪk] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['miːz(ə)lz] .
from a cup which had been used by a boy sick with the measles .
从 一个 杯子 哪个 有 到过 用过的 经过 一个 男生 生病的 和 这 麻疹 .

一天之内，16 名学生和老师因为喝了患麻疹的男孩用过的杯子里的水而感染了麻疹。

[ðə; ði]['goʊldən] [ruːl] . — [ɪf] [juː; jʊ][hæv; həv][ə; eɪ]['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ] ['sɪknəs] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['miːz(ə)lz] ,
The Golden Rule . — If you have a catching sickness , such as measles ,
这 金的 规则 . — 如果 你 有 一个 捕捉 疾病 , 这样的 作为 麻疹 ,
['tʃɪkɪn] [pɑːks] , [ɔːr]['wuːpɪŋ; 'wʊpɪŋ] [kɔːf] ,
chicken pox , or whooping cough ,
鸡 天花 , 或者 欢呼 咳嗽 ,

黄金法则——如果你得了传染性疾病，例如麻疹、水痘或百日咳，

[steɪ] [ə'weɪ] [frʌm; frəm] ['ʌðər] .
stay away from others .
停留 离开 从 其他的 .

远离其他人。

[sɪns] [ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv][sʌm; səm] [dɪ'ziːzɪz] , [laɪk] ['skɑːrlət] ['fiːvər] [ænd; ənd][dɪf'θɪriə,dɪp'θɪriə] ,
Since the germs of some diseases , like scarlet fever and diphtheria ,
自从 这 细菌 的 一些 疾病 , 喜欢 猩红 发烧 和 白喉 ,

由于某些疾病的病原体，例如猩红热和白喉，

[rɪ'meɪn] [ɪn][ðə; ði][spɪt] ['sʌmtaɪmz] ['sevrəl] [mʌnθs] ['æftər][juː; jʊ] [fiːl] [wel] , [dəunt] ['skætər] [jʊr; jər][spɪt]
remain in the spit sometimes several months after you feel well , don't scatter your spit
保持 在 这 吐 有时 一些 几个月 后 你 感觉 出色地 , 不 分散 你的 吐
.
:
.

即使感觉康复后，唾液中有时仍会残留数月，不要随意丢弃唾液。

[hoʊld][ə; eɪ] ['hæŋkərtʃɪf] [bɪ'fɔːr] [jʊr; jər] [feɪs] [wen] [juː; jʊ] [sniːz] [ɔːr] [kɔːf] .
Hold a handkerchief before your face when you sneeze or cough .
抓住 一个 手帕 前 你的 脸 什么时候 你 喷嚏 或者 咳嗽 .

打喷嚏或咳嗽时，请用手帕捂住口鼻。

[wɑːʃ] [jʊr; jər][hændz] [bɪ'fɔːr] ['hændlɪŋ] [fuːd] .
Wash your hands before handling food .
洗 你的 双手 前 处理 食物 .

处理食物前请洗手。

[sʌm; səm] ['ænɪmlz] ['kæri] ['sɪknəs] . — [mə'skiːtoʊz] ['kæri] [mə'leriə] [ænd; ənd] ['jeloʊ] ['fiːvər] [ænd; ənd]
Some Animals carry Sickness . — Mosquitoes carry malaria and yellow fever and
一些 动物 携带 疾病 . — 蚊子 携带 疟疾 和 黄色的 发烧 和
[sʌm; səm] ['ʌðər] [dɪ'ziːzɪz] .
some other diseases .
一些 其他 疾病 .

有些动物会传播疾病。——蚊子会传播疟疾、黄热病和其他一些疾病。

[flaɪz] ['kæri] ['taɪfɔɪd] ['fiːvər] , [grɪp] , [dɪfˈθɪriəˌdɪpˈθɪriə] , [ænd; ənd][tuːˌbɜːrkjəˈloʊsɪs] .

Flies	**carry**	**typhoid**	**fever**	**,**	**grippe**	**,**	**diphtheria**	**,**	**and**	**tuberculosis**	**.**
苍蝇	携带	伤寒	发烧	,	流感	,	白喉	,	和	结核	.

苍蝇会传播伤寒、流感、白喉和肺结核。

['bedbʌgz] [ænd; ənd] [fliːz] ['kæri] [ðə; ði] [pleɪg] [ænd; ənd] ['leprəsi] .

Bedbugs	**and**	**fleas**	**carry**	**the**	**plague**	**and**	**leprosy**	**.**
臭虫	和	跳蚤	携带	这	瘟疫	和	麻风	.

臭虫和跳蚤会传播鼠疫和麻风病。

[ræts] ['kæri] [ðə; ði] [pleɪg] .

Rats	**carry**	**the**	**plague**	**.**
老鼠	携带	这	瘟疫	.

老鼠会传播瘟疫。

[kæts] ['sʌmtaɪmz] ['kæri] [dɪfˈθɪriəˌdɪpˈθɪriə] .

Cats	**sometimes**	**carry**	**diphtheria**	**.**
猫	有时	携带	白喉	.

猫有时会携带白喉病毒。

['meni] [kaʊz] [hæv; həv][tuːˌbɜːrkjəˈloʊsɪs][ænd; ənd][ðə; ði][dʒəːmz][ʌv; əv] [ðɪs] [dɪˈziːz] [ɑːr; ər] [ðen]

Many	**cows**	**have**	**tuberculosis**	**and**	**the**	**germs**	**of**	**this**	**disease**	**are**	**then**
许多	牛	有	结核	和	这	细菌	的	这	疾病	是	然后

['sʌmtaɪmz] [faʊnd] [ɪn][ðer; ðər] [mɪlk] .

sometimes	**found**	**in**	**their**	**milk**	**.**
有时	成立	在	他们的	牛奶	.

许多奶牛患有结核病，这种疾病的病菌有时会在它们的牛奶中被发现。

[sʌm; səm] ['tʃɪldrən] [hæv; həv] [kɔːt] [tuːˌbɜːrkjəˈloʊsɪs][frʌm; frəm] ['drɪŋkɪŋ] [sʌtʃ] [mɪlk] .

Some	**children**	**have**	**caught**	**tuberculosis**	**from**	**drinking**	**such**	**milk**	**.**
一些	孩子们	有	捕捉	结核	从	喝	这样的	牛奶	.

有些孩子因为喝了这种牛奶而感染了肺结核。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [peɪn] [ʌv; əv] [glæs] [held] [əˈbaʊt] [tuː] [fiːt] [bɪˈfɔːr] [ðə; ði] [feɪs] [ʌv; əv][ə; eɪ] [bɔɪ] [huː] [sniːzd]

97	**—**	**A**	**pane**	**of**	**glass**	**held**	**about**	**two**	**feet**	**before**	**the**	**face**	**of**	**a**	**boy**	**who**	**sneezed**
-	—	一个	窗格	的	玻璃	握住	关于	二	脚	前	这	脸	的	一个	男生	WHO	打喷嚏

.

:
.

97 —一块玻璃板举到距离打喷嚏的男孩脸部约两英尺的地方。

[ðə; ði][spɑːts][ɑːr; ər][ðə; ði] [dˈrɒplets] [ʌv; əv] [spɪt] [θroʊn] [aʊt] .

The	**spots**	**are**	**the**	**droplets**	**of**	**spit**	**thrown**	**out**	**.**
这	地点	是	这	飞沫	的	吐	抛掷	出去	.

这些斑点是吐出的唾液滴。

[iːtʃ] [spɑːt] [ʃoʊd] ['ʌndər] [ðə; ði]['maɪkrəskoʊp][frʌm; frəm] - [tuː; tə] - [dʒəːmz] .

Each	**spot**	**showed**	**under**	**the**	**microscope**	**from**	**50**	**to**	**1000**	**germs**	**.**
每个	点	显示	在下面	这	显微镜	从	-	到	-	细菌	.

在显微镜下，每个斑点都显示出 50 到 1000 个细菌。

['kiːpɪŋ] [əˈweɪ] ['smɔːlpɑːks] . — ['smɔːlpɑːks][wʌz; wəz][wʌns][ðə; ði]

Keeping	**away**	**Smallpox**	**.**	**—**	**Smallpox**	**was**	**once**	**the**
保持	离开	天花	.	—	天花	曾是	一次	这

预防天花——天花曾经是.....

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 179]
[页 -]

[第179页]

[moʊst]['terəb(ə)l][ʌv; əv][ɔːl] [dɪ'ziːzɪz] .
most terrible of all diseases .
最多 糟糕的 的 全部 疾病 .

所有疾病中最可怕的一种。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][soʊ]['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ] [ðæt] [tuː] [ɔːr] [θriː] [wɜːr; wər]['ɔːf(ə)n] [sɪk] [wɪð; wɪθ][ˌaɪ 'tiː][æt; ət][wʌn] [taɪm] [ɪn]
It is so catching that two or three were often sick with it at one time in
它 是 所以 捕捉 那 二 或者 三 是 经常 生病的 和 它 在 一 时间 在
[ðə; ði] [seɪm] ['fæməli] .
the same family .
这 相同的 家庭 .

这种病传染性极强，同一家庭中经常有两三个人同时患病。

['sʌmtaɪmz] ['nɪrli] [wʌn] [hæf] [ðə; ði] ['piːp(ə)l] [ʌv; əv][ə; eɪ] [hoʊl] [taʊn] [wʊd] [hæv; həv][ðə; ði] [dɪ'ziːz] [ɪn]
Sometimes nearly one half the people of a whole town would have the disease in
有时 几乎 一 一半 这 人们 的 一个 所有的 镇 会 有 这 疾病 在
[wʌn] [jɪr] .
one year .
一 年 .

有时，一年之内，一个城镇近一半的人口都会患上这种疾病。

['oʊvər][ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['jɪrz] [ə'goʊ] ['nɪrli] ['evri] [groʊn] [ʌp]['pɜːrs(ə)n][hæd; həd]['lɪt(ə)l] [pɪts] ['skætərd]
Over a hundred years ago nearly every grown up person had little pits scattered
超过 一个 百 年 前 几乎 每一个 生长 向上 人 有 小的 坑 疏散
['oʊvər][hɪz; ɪz] [feɪs] [æz; əz][ə; eɪ] [rɪ'zʌlt] [ʌv; əv] ['hævɪŋ] [hæd; həd]['smɔːlpɑːks] .
over his face as a result of having had smallpox .
超过 他的 脸 作为 一个 结果 的 拥有 有 天花 .

一百多年前，几乎每个成年人的脸上都散布着小坑，这是因为他们都得过天花。

[juː; jʊ][kæn; kən] ['ɔːlweɪz] [kiːp] [ə'weɪ] ['smɔːlpɑːks][baɪ] ['biːɪŋ] ['væksɪneɪtɪd] .
You can always keep away smallpox by being vaccinated .
你 能 总是 保持 离开 天花 经过 存在 已接种疫苗 .

接种疫苗可以预防天花。

[ðə; ði]['dɑːktər][kæn; kən] ['væksɪneɪt] [juː; jʊ][baɪ] ['pʊtɪŋ] [ɑːn][ðə; ði] ['freʃli] [skreɪpt] [skɪn][ʌv; əv][jʊr; jər][ɑːrm]
The doctor can vaccinate you by putting on the freshly scraped skin of your arm
这 医生 能 接种疫苗 你 经过 推杆 在 这 新鲜的 刮擦 皮肤 的 你的 手臂
[sʌm; səm] [wiːk] ['smɔːlpɑːks][dʒəːmz][frʌm; frəm][ə; eɪ] [kliːn] ['helθi] [kæf] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn]
some weak smallpox germs from a clean healthy calf which has been
一些 虚弱的 天花 细菌 从 一个 干净的 健康 小牛 哪个 有 到过
['væksɪneɪtɪd] .
vaccinated .
已接种疫苗 .

医生可以从一头干净健康的、已接种过疫苗的小牛身上取一些弱天花病毒，涂抹在你手臂上新鲜刮取的皮肤上，以此为你接种疫苗。

[jʊr; jər][ɑːrm] [wɪl] [ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] [get] [sɔːr] [ænd; ənd][juː; jʊ] [wɪl] [nɑːt] [fiːl] [wel] [fɔːr; fər] [ə'baʊt] [wʌn]
Your arm will in a few days get sore and you will not feel well for about one
你的 手臂 将要 在 一个 很少 天 得到 疮 和 你 将要 不是 感觉 出色地 为了 关于 一
[wiːk] ,
week ,
星期 ,

几天后你的手臂会开始酸痛，大约一周内你都会感觉不舒服。

[bʌt; bət][juː; jʊ] [wɪl] [biː; bi] [meɪd] [seɪf] [frʌm; frəm]['smɔːlpɑːks][fɔːr; fər] ['sevrəl] ['jɪrz] .

but	you	will	be	made	safe	from	smallpox	for	several	years	.
但	你	将要	是	制成	安全的	从	天花	为了	一些	年	.

但这样你就能在几年内免受天花的侵害。

['fɪfti] ['nɜːrsɪz] [wɜːr; wər] ['væksɪneɪtɪd] [ɪn] [ˌfɪlə'delfɪr] [ænd; ənd] [kɛəd] [fɔːr; fər] ['meni] [sɪk] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]

Fifty	nurses	were	vaccinated	in	Philadelphia	and	cared	for	many	sick	with	the
五十	护士	是	已接种疫苗	在	费城	和	关心	为了	许多	生病的	和	这

['smɔːlpɑːks] ,

smallpox	,
天花	,

费城有五十名护士接种了疫苗，并照顾了许多天花病人。

['steɪɪŋ] [wɪð; wɪθ][ðem; ðəm] [deɪ] ['æftər] [deɪ] , [bʌt; bət][nɑːt][wʌn][ʌv; əv][ðə; ði] ['nɜːrsɪz] [tʊk]

staying	with	them	day	after	day	,	but	not	one	of	the	nurses	took
入住	和	他们	天	后	天	,	但	不是	一	的	这	护士	采取

日复一日地陪伴着他们，但没有一个护士愿意接受治疗。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	180	]
[	页	-	]

[第180页]

[ðə; ði] [dɪ'ziːz] .

the	disease	.
这	疾病	.

这种疾病。

['evri] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['væksɪneɪtɪd] [wen] [ə; eɪ] [jɪr] [oʊld][ænd; ənd] [ə'gen] [æt; ət][ðə; ði][eɪdʒ][ʌv; əv]

Every	one	should	be	vaccinated	when	a	year	old	and	again	at	the	age	of
每一个	一	应该	是	已接种疫苗	什么时候	一个	年	老的	和	再次	在	这	年龄	的

[ten][ɔːr] [twelv] ['jɪrz] .

ten	or	twelve	years	.
十	或者	十二	年	.

每个人在一岁时都应该接种疫苗，然后在十岁或十二岁时再次接种。

['koʊldz] . — [sʌm; səm]['koʊldz][ɑːr; ər]['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ] ,

Colds	.	—	Some	colds	are	catching	,
感冒	.	—	一些	感冒	是	捕捉	,

感冒——有些感冒会传染，

[bʌt; bət][wiː; wi]['dʒen(ə)rəli] [teɪk] [koʊld][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][wiː; wi][hæv; həv] [wiːk] ['bɑːdɪz] [ɔːr][hæv; həv] [bɪn]

but	we	generally	take	cold	because	we	have	weak	bodies	or	have	been
但	我们	一般来说	拿	寒冷的	因为	我们	有	虚弱的	身体	或者	有	到过

['kerləs] .

careless	.
粗心	.

但我们一般容易感冒，是因为我们身体虚弱或者粗心大意。

[ɪf] [juː; jʊ][wɑːnt][tuː; tə][biː; bi] [friː] [frʌm; frəm]['koʊldz] , [rɪ'membər] [ðiːz] [sɪks] [ruːlz] : —

If	you	want	to	be	free	from	colds	,	remember	these	six	rules	:	—
如果	你	想	到	是	自由的	从	感冒	,	记住	这些	六	规则	:	—

如果你想远离感冒，请记住以下六条规则：——

[dəunt] [sɪt] [stɪl] [ɪn] [wet] [kloʊðz] [ɔːr][wɪð; wɪθ] [wet] [fiːt] .

Don't	sit	still	in	wet	clothes	or	with	wet	feet	.
不	坐	仍然	在	湿的	衣服	或者	和	湿的	脚	.

不要穿着湿衣服或湿脚静坐。

[dəunt] [sɪt] [ɪn] [ə; eɪ] [koʊld] [dræft] [ɔːr] [ɪn] [ə; eɪ] [koʊld] [ruːm] .

Don't	sit	in	a	cold	draft	or	in	a	cold	room	.
不	坐	在	一个	寒冷的	草稿	或者	在	一个	寒冷的	房间	.

不要坐在冷风吹拂的地方或寒冷的房间里。

[dəunt] [sɪt] [ɑːn] [ðə; ði] [dæmp] [graʊnd] [ɔːr] [ɑːn] [ðə; ði] [aɪs] [wen] [juː; jʊ] [ɑːr; ər] ['restɪŋ] [frʌm; frəm] ['skeɪtɪŋ] .

Don't	sit	on	the	damp	ground	or	on	the	ice	when	you	are	resting	from	skating	.
不	坐	在	这	潮湿	地面	或者	在	这	冰	什么时候	你	是	休息	从	溜冰	.

滑冰休息时，不要坐在潮湿的地面或冰面上。

[dəunt] [kuːl] [ɔːf] ['kwɪkli] ['æftər] ['eksəsaɪzɪŋ] .

Don't	cool	off	quickly	after	exercising	.
不	凉爽的	离开	迅速地	后	锻炼	.

运动后不要迅速降温。

[sliːp] [ɪn] [ə; eɪ] [ruːm] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['wɪndoʊz] [waɪd] ['oʊpən] .

Sleep	in	a	room	with	the	windows	wide	open	.
睡觉	在	一个	房间	和	这	视窗	宽的	打开	.

睡觉时，房间的窗户要大开。

[teɪk] [ə; eɪ] [koʊld] [bæθ] ['evri] ['mɔːrnɪŋ] [ænd; ənd] [drɔː] [freʃ] [er] [tuː; tə] [ðə; ði] ['bɑːtəm] [ʌv; əv] [ðə; ði]

Take	a	cold	bath	every	morning	and	draw	fresh	air	to	the	bottom	of	the
拿	一个	寒冷的	洗澡	每一个	早晨	和	画	新鲜的	空气	到	这	底部	的	这

[lʌŋz] ['meni] [taɪmz] ['evri] [deɪ] .

lungs	many	times	every	day	.
肺	许多	时代	每一个	天	.

每天早上洗个冷水澡，并且每天多次让新鲜空气到达肺部底部。

[tuːˌbɜːrkjə'loʊsɪs] [ɔːr] [kən'sʌmpʃ(ə)n] . — [ðɪs] [dɪ'ziːz] [ɪz] [soʊ] ['kɑːmən] [ænd; ənd] ['dedli] [ðæt] ['twenti]

Tuberculosis	or	Consumption	.	—	This	disease	is	so	common	and	deadly	that	twenty
结核	或者	消耗	.	—	这	疾病	是	所以	常见的	和	致命	那	二十

['pɜːsənz] [daɪ] [frʌm; frəm] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] ['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] ['evri] ['aʊər] .

persons	die	from	it	in	our	country	every	hour	.
人	死	从	它	在	我们的	国家	每一个	小时	.

肺结核或痨病——这种疾病非常普遍且致命，我国每小时就有二十人死于此病。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [kɔːzd] [baɪ] ['taɪni] [dʒəːmz] ([fɪg] . -) [wɪtʃ] [lɑːdʒ] [ɪn] [ðə; ði] [lʌŋz] , [glændz] , [boʊnz] ,

It	is	caused	by	tiny	germs	(	Fig	.	63	)	which	lodge	in	the	lungs	,	glands	,	bones	,
它	是	导致	经过	微小的	细菌	(	如图	.	-	)	哪个	小屋	在	这	肺	,	腺体	,	骨头	,

它是由微小的细菌（图 63）引起的，这些细菌会滞留在肺、腺体、骨骼中。

[ɔːr] ['ʌðər] [pɑːrts] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bɑːdi] , [wer] [ðeɪ] [gɪv] [ɔːf] ['pɔɪzn] [ænd; ənd] [hɜːrt] [ðə; ði] ['tɪsjuːz, 'tɪʃuːz] .

or	other	parts	of	the	body	,	where	they	give	off	poison	and	hurt	the	tissues	.
或者	其他	部分	的	这	身体	,	在哪里	他们	给	离开	毒	和	伤害	这	组织	.

或者身体的其他部位，在那里它们会释放毒素并损伤组织。

[wiː; wi] [teɪk] [ðiːz] [dʒəːmz]['ɪntuː][ðə; ði]['bɑːdi][wɪð; wɪθ] [dʌst] [ɔːr] [fuːd] ,

We	take	these	germs	into	the	body	with	dust	or	food	,
我们	拿	这些	细菌	进入	这	身体	和	灰尘	或者	食物	,

我们通过灰尘或食物将这些细菌带入体内。

[ænd; ənd] ['ɔːlsoʊ] [baɪ] ['pʊtɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] [lɪps] [ə; eɪ] ['drɪŋkɪŋ] [kʌp] [ɔːr] ['ʌðər] [θɪŋz] [juːst] [baɪ] [ə; eɪ]

and	also	by	putting	to	the	lips	a	drinking	cup	or	other	things	used	by	a
和	还	经过	推杆	到	这	嘴唇	一个	喝	杯子	或者	其他	事物	用过的	经过	一个

[kən'sʌmptɪv] .

consumptive	.
消耗性的	.

以及将饮水杯或其他肺痨患者使用的物品放到嘴唇上。

['dʒen(ə)rəli] [ðə; ði] [dʒəːmz] [wɪl] [nɑːt] [groʊ] [ɪn] [ə; eɪ] [strɔːŋ] ['bɑːdi] , ['iːv(ə)n] [wen] [ðeɪ] [hæv; həv] [lɑːdʒd]

Generally	the	germs	will	not	grow	in	a	strong	body	,	even	when	they	have	lodged
一般来说	这	细菌	将要	不是	生长	在	一个	强的	身体	,	甚至	什么时候	他们	有	已提交

[ðer; ðər] .

there	.
那里	.

一般来说，即使细菌寄生在强健的身体里，它们也不会生长。

[prɪ'ventɪŋ] [kən'sʌmpʃ(ə)n] . — ['lɪvɪŋ] [ɪn]['pʊrli,'pɔ:rli] ['laɪtɪd] ['haʊzɪz] [wɪ'ðaʊt] [mʌtʃ] [freʃ] [er] ,

Preventing Consumption . — Living in poorly lighted houses without much fresh air ,

预防 消耗 . — 活的 在 差 照明 房屋 没有 很多 新鲜的 空气 ,

['wɜ:rkɪŋ] [ɪn] ['dʌsti] [ru:mz; rʊmz] ,

working in dusty rooms ,

在职的 在 尘土飞扬 房间 ,

预防肺结核——居住在光线昏暗、空气不流通的房屋中，在布满灰尘的房间里工作，

['ju:zɪŋ] [mʌtʃ] [strɔ:ŋ] [drɪŋk] [ænd; ənd] [tə'bækoʊ] , ['i:tɪŋ]

using much strong drink and tobacco , eating

使用 很多 强的 喝 和 烟草 , 吃

大量饮酒和吸烟，饮食

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[Pg 181]

[页 -]

[第181页]

[pʊr] [fu:d] , ['lu:zɪŋ] [sli:p] , [ni'glektɪŋ] [ə; eɪ] [kɔ:f] ,

poor food , losing sleep , neglecting a cough ,

贫穷的 食物 , 输 睡觉 , 疏忽 一个 咳嗽 ,

饮食不良、睡眠不足、忽视咳嗽

[ænd; ənd] ['teɪkɪŋ] ['lɪt(ə)l][ɔ:r][noʊ] ['aʊtdɔ:r] ['eksərsaɪz] ['wi:kən] [ðə; ði]['bɑ:di][soʊ] [ðæt] [ðə; ði] [kən'sʌmpʃ(ə)n]

and taking little or no outdoor exercise weaken the body so that the consumption

和 采取 小的 或者 不 户外的 锻炼 削弱 这 身体 所以 那 这 消耗

[dʒə:mz][kæn; kən] [groʊ] [ɪn][ˌaɪ 'ti:] .

germs can grow in it .

细菌 能 生长 在 它 .

很少或根本不进行户外运动会削弱身体，使食腐细菌能够在体内滋生。

[di:p] ['bri:ðɪŋ] , ['sɪtɪŋ] [ænd; ənd] ['wɔ:kɪŋ] [ɪ'rekt] , ['lɪvɪŋ] [ɪn][ru:mz; rʊmz][wɪð; wɪθ] ['sʌnʃaɪn] ,

Deep breathing , sitting and walking erect , living in rooms with sunshine ,

深的 呼吸 , 坐着 和 步行 直立 , 活的 在 房间 和 阳光 ,

深呼吸，坐姿和行走姿势端正，居住在阳光充足的房间里。

['sli:pɪŋ] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['wɪndoʊz] ['oʊpən] [eɪt] [ɔ:r] [naɪn] ['aʊərz] ['evri] [naɪt] ,

sleeping with the windows open eight or nine hours every night ,

睡眠 和 这 视窗 打开 八 或者 九 小时 每一个 夜晚 ,

每晚开着窗户睡觉八九个小时，

[ænd; ənd] ['i:tɪŋ] [gʊd] [fu:d] [wɪl] [prɪ'vent] [wʌn][frʌm; frəm] ['teɪkɪŋ] [kən'sʌmpʃ(ə)n] [ænd; ənd] [wɪl] ['ɔ:f(ə)n]

and eating good food will prevent one from taking consumption and will often

和 吃 好的 食物 将要 防止 一 从 采取 消耗 和 将要 经常

[kjʊr] [ðə; ði] [dɪ'zi:z] .

cure the disease .

治愈 这 疾病 .

吃好食物可以预防肺结核，而且往往可以治愈这种疾病。

['pɜ:sənz] [wɪð; wɪθ] [ðɪs] ['sɪknəs] [gɪv] [aʊt] [ðə; ði][dʒə:mz][ɪn][ðer; ðər][spɪt] ,

Persons with this sickness give out the germs in their spit ,

人 和 这 疾病 给 出去 这 细菌 在 他们的 吐 ,

患有这种疾病的人会通过唾液散发病菌。

[wɪtʃ] [ʃʊd; ʃəd] [bi:; bi] [kɔ:t] [ɪn][ə; eɪ] [kʌp] [ænd; ənd] [bə:nd] .

which should be caught in a cup and burned .

哪个 应该 是 捕捉 在 一个 杯子 和 烧伤 .

应该用杯子接住并烧掉。

[ðə; ði] ['hʊkwɜːrm] [dɪ'ziːz] . — [ðɪs] [ɪz][ə; eɪ] ['sɪknəs] [ə'fektɪŋ] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv] ['pɝːsənz] [ɪn]

The	Hookworm	Disease	.	—	This	is	a	sickness	affecting	thousands	of	persons	in
这	钩虫	疾病	.	—	这	是	一个	疾病	影响	数千	的	人	在

[ðə; ði] [saʊθ] .

the	South	.
这	南	.

钩虫病——这种疾病影响着南方成千上万的人。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [kɔːzd] [baɪ]['taɪni][wəːmz, vɔːrms][hæf][æz; əz][lɑːrdʒ][æz; əz][ə; eɪ][pɪn] ['hæŋɪŋ] [fæst][tuː; tə][ðə; ði]

It	is	caused	by	tiny	worms	half	as	large	as	a	pin	hanging	fast	to	the
它	是	导致	经过	微小的	蠕虫	一半	作为	大的	作为	一个	别针	绞刑	快速地	到	这

['laɪnɪŋ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['baʊəlz] .

lining	of	the	bowels	.
衬垫	的	这	肠道	.

这是由一些只有针头一半大小的微小蠕虫引起的，这些蠕虫紧紧地附着在肠道内壁上。

[ðə; ði][wɜːrm][ɪz] ['sʌmtaɪmz] [kɔːld] [ðə; ði]['leɪzi][dʒɜːrm][bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ˌaɪ 'tiː] [dɪs'trɔiz] [ðə; ði] [red] [blʌd]

The	worm	is	sometimes	called	the	lazy	germ	because	it	destroys	the	red	blood
这	蠕虫	是	有时	称为	这	懒惰的	细菌	因为	它	摧毁	这	红色的	血

['sɛlz] [ænd; ənd] [meɪks] [ðə; ði]['bɑːdi] [fiːl] [wiːk] [ænd; ənd]['leɪzi] .

cells	and	makes	the	body	feel	weak	and	lazy	.
细胞	和	制作	这	身体	感觉	虚弱的	和	懒惰的	.

这种虫子有时被称为懒惰的细菌，因为它会破坏红细胞，使人感到虚弱和懒惰。

['tʃɪldrən] [wɪð; wɪθ] [ðiːz] [wəːmz, vɔːrms] [groʊ] ['sloʊli] , [hæv; həv][ə; eɪ][draɪ][skɪn] ,

Children	with	these	worms	grow	slowly	,	have	a	dry	skin	,
孩子们	和	这些	蠕虫	生长	缓慢地	,	有	一个	干燥	皮肤	,

感染这种寄生虫的儿童生长缓慢，皮肤干燥。

[ænd; ənd][ə; eɪ]['swoʊlən]['æbdəmən][wɪð; wɪθ][ə; eɪ]['tendər][spɑːt] [bɪ'loʊ] [ðə; ði] ['stʌmək] .

and	a	swollen	abdomen	with	a	tender	spot	below	the	stomach	.
和	一个	肿	腹部	和	一个	投标	点	以下	这	胃	.

腹部肿胀，胃部下方有压痛点。

[ðə; ði] [dɪ'ziːz] [ɪz] ['iːzəli] [kjʊr] [baɪ][ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] ,

The	disease	is	easily	cured	by	a	physician	,
这	疾病	是	容易地	治愈	经过	一个	医生	,

这种疾病很容易由医生治愈。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['betər] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ˌaɪ 'tiː][baɪ] ['kɪlɪŋ] [ðə; ði][dʒəːmz][ɪn][ðə; ði] [weɪst] [frʌm; frəm][ðə; ði]

but	it	is	better	to	prevent	it	by	killing	the	germs	in	the	waste	from	the
但	它	是	更好的	到	防止	它	经过	杀	这	细菌	在	这	浪费	从	这

['baʊəlz] .

bowels	.
肠道	.

但最好还是通过杀死肠道废物中的细菌来预防。

[fɔːr; fər][də'rekʃ(ə)nz] , [ə'dres] [ðə; ði] [dɪ'pɑːrtmənt] [ʌv; əv] [helθ] [æt; ət][ðə; ði]['kæpɪt(ə)l][ʌv; əv][jʊr; jər] [steɪt]

For	directions	,	address	the	Department	of	Health	at	the	capital	of	your	state
为了	方向	,	地址	这	部门	的	健康	在	这	首都	的	你的	状态

.

:

.

如需了解具体路线，请咨询您所在州首府的卫生部门。

[ɪf] [ðə; ði][dʒəːmz] [riːtʃ] [ðə; ði] [graʊnd] [ðeɪ] [krɔːl] [ə'raʊnd] [ænd; ənd] [meɪ] [get]['ɪntuː][ðə; ði] [wel] ,

If	the	germs	reach	the	ground	they	crawl	around	and	may	get	into	the	well	,
如果	这	细菌	抵达	这	地面	他们	爬行	大约	和	可能	得到	进入	这	出色地	,

如果细菌落到地面，它们会四处爬行，并可能进入井里。

[ænd; ənd] ['entər] [ðə; ði] ['bɑ:di] [ə'gen] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['drɪŋkɪŋ] ['wɔ:tər] .

and	enter	the	body	again	with	the	drinking	water	.
和	进入	这	身体	再次	和	这	喝	水	.

然后随饮用水再次进入体内。

['dʒen(ə)rəli] , [haʊ'evər] , [ðə; ði] [wə:mz, vɔ:rms] ['entər] [θru:] [ðə; ði] [skɪn] [ʌv; əv] [ðoʊz] ['goʊɪŋ]

Generally	,	however	,	the	worms	enter	through	the	skin	of	those	going
一般来说	,	然而	,	这	蠕虫	进入	通过	这	皮肤	的	那些	去

['ber'fʊtɪd] , [ænd; ənd]

barefooted	,	and
赤足	,	和

但通常情况下，这些寄生虫是通过赤脚者的皮肤进入体内的。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	182	]
[	页	-	]

[第182页]

[ɑ:r; ər] ['kærid] [baɪ][ðə; ði] [blʌd] [tu:; tə][ðə; ði] [lʌŋz] .

are	carried	by	the	blood	to	the	lungs	.
是	携带	经过	这	血	到	这	肺	.

通过血液输送到肺部。

[frʌm; frəm] [hɪr] [ðeɪ] [goʊ] [ʌp] [ðə; ði] ['wɪndpaɪp] [tu:; tə][ðə; ði] [θroʊt] ,

From	here	they	go	up	the	windpipe	to	the	throat	,
从	这里	他们	去	向上	这	气管	到	这	喉	,

它们从这里沿着气管向上到达喉咙，

[ænd; ənd] [ðen] [daʊn] [ðə; ði] ['gʌlɪt] [tu:; tə][ðə; ði] ['baʊəlz] .

and	then	down	the	gullet	to	the	bowels	.
和	然后	向下	这	食道	到	这	肠道	.

然后顺着食道进入肠道。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz][ðer; ðər] ['entrəns] [θru:] [ðə; ði] [skɪn] [ðæt] ['kɔ:zɪz] [graʊnd] [ɪtʃ] [ɔ:r] [du:] [ɪtʃ] .

It	is	their	entrance	through	the	skin	that	causes	ground	itch	or	dew	itch	.
它	是	他们的	入口	通过	这	皮肤	那	原因	地面	痒	或者	露	痒	.

它们通过皮肤进入人体，引起地面瘙痒或露水瘙痒。

['werɪŋ] [ʃu:z] [wɪl] [help] [prɪ'vent] [ðə; ði] [dɪ'zi:z] .

Wearing	shoes	will	help	prevent	the	disease	.
穿着	鞋	将要	帮助	防止	这	疾病	.

穿鞋有助于预防这种疾病。

[ə; eɪ] [strɔ:ŋ] ['bɑ:di] [wɪnz] . — ['noʊbɑ:di] ['wɒnts] [tu:; tə] [bi:; bi] [wi:k] [ænd; ənd] ['sɪkli] .

A	Strong	Body	Wins	.	—	Nobody	wants	to	be	weak	and	sickly	.
一个	强的	身体	胜利	.	—	无人	想要	到	是	虚弱的	和	病弱的	.

强健的体魄才能赢得胜利——没有人愿意虚弱多病。

[moʊst] [ɔ:l] [ʌv; əv] [ju: 'es] [kʊd; kəd] [ki:p] [wel] [ɪf] [wi:; wi] [wʊd] [traɪ] [ɪn] [ðə; ði] [raɪt] [wei] [tu:; tə] [ki:p] [ðə; ði]

Most	all	of	us	could	keep	well	if	we	would	try	in	the	right	way	to	keep	the
最多	全部	的	我们	可以	保持	出色地	如果	我们	会	尝试	在	这	正确的	方式	到	保持	这

['bɑ:di] [strɔ:ŋ] .

body	strong	.
身体	强的	.

如果我们采取正确的方法来保持身体强壮，我们大多数人都能保持健康。

[tu:; tə] [ki:p] [ðə; ði] ['bɑ:di] [ɪn] [helθ] [ˌaɪ 'ti:][mʌst; məst][hæv; həv] ['plenti] [ʌv; əv] [sli:p] , [ɪ'nʌf] [gʊd] [fu:d]

To	keep	the	body	in	health	it	must	have	plenty	of	sleep	,	enough	good	food
到	保持	这	身体	在	健康	它	必须	有	很多	的	睡觉	,	足够的	好的	食物

[wel] [tʃu:d] ,

well	chewed	,
出色地	咀嚼	,

为了保持身体健康，必须保证充足的睡眠，并摄入足够多的、充分咀嚼的优质食物。

['plenti] [ʌv; əv] [kliːn] ['wɔːtər] , ['eksərsaɪz] ['evri] [deɪ] , [ænd; ənd][æn; ən] [ə'bʌndəns] [ʌv; əv] [freʃ] [er] .

plenty	**of**	**clean**	**water**	**,**	**exercise**	**every**	**day**	**,**	**and**	**an**	**abundance**	**of**	**fresh**	**air**	**.**
很多	的	干净的	水	,	锻炼	每一个	天	,	和	一个	丰富	的	新鲜的	空气	.

充足的清洁水源、每天锻炼身体、以及充足的新鲜空气。

[ðə; ði]['bɑːdi][ɪz][ðə; ði]['temp(ə)l][ʌv; əv][ðə; ði] [soʊl] .

The	**body**	**is**	**the**	**temple**	**of**	**the**	**soul**	**.**
这	身体	是	这	寺庙	的	这	灵魂	.

身体是灵魂的殿堂。

[daunt] [hɜːrt] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð; wɪθ] [bæd] ['hæbɪts] .

Don't	**hurt**	**it**	**with**	**bad**	**habits**	**.**
不	伤害	它	和	坏的	习惯	.

不要用坏习惯伤害它。

['præktɪk(ə)l] ['kwestʃənz]

PRACTICAL	**QUESTIONS**
实际的	问题

实践问题

[wʌn] . [haʊ] ['meni] ['piːp(ə)l] [ɑːr; ər] [sɪk] [tuː; tə] - [deɪ] [ɪn]['aʊər; ɑːr] ['kʌntri] ? [ˌtuː'tuː] .

1	**.**	**How**	**many**	**people**	**are**	**sick**	**to**	**-**	**day**	**in**	**our**	**country**	**?**	**2**	**.**
1	.	如何	许多	人们	是	生病的	到	-	天	在	我们的	国家	?	2	.

1. 今天我国有多少人生病了？2.

[haʊ] [kæn; kən] [mʌtʃ] ['sɪknəs] [biː; bi] [ə'vɔɪdɪd] ? [θriː] .

How	**can**	**much**	**sickness**	**be**	**avoided**	**?**	**3**	**.**
如何	能	很多	疾病	是	避免	?	3	.

如何才能避免很多疾病？3.

[wʌt] ['kɔːzɪz] ['sɪknəs] ? [fɔːr] .

What	**causes**	**sickness**	**?**	**4**	**.**
什么	原因	疾病	?	4	.

什么原因会导致疾病？4.

[wʌt] [ɪz][ə; eɪ] [kən'teɪdʒəs] [dɪ'ziːz] ? [faɪv] .

What	**is**	**a**	**contagious**	**disease**	**?**	**5**	**.**
什么	是	一个	传染性	疾病	?	5	.

什么是传染病？5.

[neɪm] [sʌm; səm] [kən'teɪdʒəs] [dɪ'ziːzɪz] . [sɪks] .

Name	**some**	**contagious**	**diseases**	**.**	**6**	**.**
姓名	一些	传染性	疾病	.	6	.

6. 请列举一些传染病。

[haʊ] [duː][wiː; wi] [get] [ə; eɪ]['kætʃɪŋ; 'ketʃɪŋ] ['sɪknəs] ? ['sɛvən] .

How	**do**	**we**	**get**	**a**	**catching**	**sickness**	**?**	**7**	**.**
如何	做	我们	得到	一个	捕捉	疾病	?	7	.

我们是如何感染传染病的？7.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [wiː; wi][biː; bi] ['kerf(ə)l] [wɪð; wɪθ][ðə; ði][slɑːps][frʌm; frəm][ðə; ði] [sɪk]

Why	**should**	**we**	**be**	**careful**	**with**	**the**	**slops**	**from**	**the**	**sick**
为什么	应该	我们	是	小心	和	这	污水	从	这	生病的

我们为什么要小心对待病人的泔水

[ruːm] ? [eɪt] .

room	**?**	**8**	**.**
房间	?	8	.

房间？8。

[tel] [haʊ] ['tʃɪldrən] [ɪn] ['bʌfəloʊ] [kɔːt] ['skɑːrlət] ['fiːvər] . [naɪn] .

Tell	**how**	**children**	**in**	**Buffalo**	**caught**	**scarlet**	**fever**	**.**	**9**	**.**
告诉	如何	孩子们	在	水牛	捕捉	猩红	发烧	.	9	.

讲述布法罗市的儿童是如何感染猩红热的。9.

[wʌt] [ɪz][ðə; ði]['deɪndʒər][ɪn]['juːzɪŋ][ə; eɪ][kʌp][frʌm; frəm] [wɪtʃ] ['ʌðər]

What	**is**	**the**	**danger**	**in**	**using**	**a**	**cup**	**from**	**which**	**others**
什么	是	这	危险	在	使用	一个	杯子	从	哪个	其他的

使用别人用过的杯子有什么危险?

[hæv; həv] [drʌŋk] ? - .

have	**drunk**	**?**	**10**	**.**
有	醉	?	-	.

喝过酒吗? 10.

[haʊ] [kæn; kən][juː; jʊ] [prɪ'vent] ['ʌðər] [frʌm; frəm] ['getɪŋ] [jʊr; jər] ['sɪknəs] ? - .

How	**can**	**you**	**prevent**	**others**	**from**	**getting**	**your**	**sickness**	**?**	**11**	**.**
如何	能	你	防止	其他的	从	获得	你的	疾病	?	-	.

如何防止他人感染你的疾病? 11.

[neɪm] [sʌm; səm] ['ænɪmlz] [wɪtʃ] ['kæri] ['sɪknəs] . - .

Name	**some**	**animals**	**which**	**carry**	**sickness**	**.**	**12**	**.**
姓名	一些	动物	哪个	携带	疾病	.	-	.

列举一些携带疾病的动物。12.

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第7/8页

[haʊ] [kæn; kən][wiː; wi] [kiːp] [əˈweɪ] [ˈsmɔːlpɑːks] ? - .

How	can	we	keep	away	smallpox	?	13	.
如何	能	我们	保持	离开	天花	?	-	.

我们如何预防天花？13.

[gɪv] [sɪks] [ruːlz] [tuː; tə] [kiːp] [əˈweɪ] [ˈkoʊldz] . - .

Give	six	rules	to	keep	away	colds	.	14	.
给	六	规则	到	保持	离开	感冒	.	-	.

列举六条预防感冒的规则。14.

[haʊ] [meɪ] [ðə; ði]['bɑːdi][biː; bi] [kept] [strɔːŋ] ?

How	may	the	body	be	kept	strong	?
如何	可能	这	身体	是	保留	强的	?

如何保持身体强壮?

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	183	]
[	页	-	]

[第183页]

['tʃæptər] [ˌɛksˈɛksˈaɪˈviː]

CHAPTER	XXIV
章	二十四

第二十四章

['helpɪŋ] [bɪˈfɔːr] [ðə; ði] ['dɑːktər] [kʌmz]

HELPING	BEFORE	THE	DOCTOR	COMES
帮助	前	这	医生	来

医生到来之前提供帮助

[ðə; ði] [niːd] [ʌv; əv] [kwɪk] [help] . — [ɪn] ['meni] ['pleɪsɪz] [ɪn][ðə; ði] ['kʌntri] , [ɔːr] [wen] [aʊt] ['kæmpɪŋ] ,

The	Need	of	Quick	Help	.	—	In	many	places	in	the	country	,	or	when	out	camping	,
这	需要	的	快的	帮助	.	—	在	许多	地方	在	这	国家	,	或者	什么时候	出去	野营	,

急需帮助——在全国许多地方，或者外出露营时，

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɪmˈpɑːsəb(ə)l][tuː; tə][get][ə; eɪ]['dɑːktər][ɪn] [les] [ðæn; ðən] [tuː] [ɔːr] [θriː] ['aʊərz] .

it	is	impossible	to	get	a	doctor	in	less	than	two	or	three	hours	.
它	是	不可能的	到	得到	一个	医生	在	较少的	比	二	或者	三	小时	.

两三个小时内不可能见到医生。

[ənˈles] [sʌm; səm][wʌn][æt; ət][hænd][kæn; kən] [gɪv] [eɪd] [bɪˈfɔːr] [ðə; ði]['dɑːktər] [kʌmz] ,

Unless	some	one	at	hand	can	give	aid	before	the	doctor	comes	,
除非	一些	一	在	手	能	给	援助	前	这	医生	来	,

除非有人能在医生到来之前提供帮助，

[mʌtʃ] ['sʌfərɪŋ] [ænd; ənd]['iːv(ə)n] [deθ] [meɪ] [rɪˈzʌlt] [wen] [ə; eɪ]['sɪmp(ə)l]['æksɪdənt] [əˈkɜːrz] .

much	suffering	and	even	death	may	result	when	a	simple	accident	occurs	.
很多	痛苦	和	甚至	死亡	可能	结果	什么时候	一个	简单的	事故	发生	.

即使是简单的意外事故，也可能造成巨大的痛苦甚至死亡。

[fɔːr; fər] [ðɪs] ['riːz(ə)n] ['evri] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [noʊ] [haʊ] [tuː; tə] [help] [ɪn] [keɪs] [ʌv; əv] [sʌtʃ] ['æksədənts][æz; əz]

For	this	reason	every	one	should	know	how	to	help	in	case	of	such	accidents	as
为了	这	原因	每一个	一	应该	知道	如何	到	帮助	在	案件	的	这样的	事故	作为

[bɜːrn] ,

burns	,
烧伤	,

因此，每个人都应该知道如何在发生烧伤等意外事故时提供帮助。

['bliːdɪŋ] , ['tʃoʊkɪŋ] , [ænd; ənd] ['sʌnstroʊk] .

bleeding	**,**	**choking**	**,**	**and**	**sunstroke**	**.**
出血	,	窒息	,	和	中暑	.

出血、窒息和中暑。

['kloʊðɪŋ] [ɑːn]['faɪər] . — ['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd] ['nevər] [pleɪ] [ə'baʊt] [æn; ən]['oʊpən]['faɪər] .

Clothing	**on**	**Fire**	**.**	**—**	**Children**	**should**	**never**	**play**	**about**	**an**	**open**	**fire**	**.**
衣服	在	火	.	—	孩子们	应该	绝不	玩	关于	一个	打开	火	.

衣物着火——儿童绝不应该在明火附近玩耍。

[ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l][spɑːrk] ['laɪtɪŋ] [ɑːn][ə; eɪ]['kɑːt(ə)n] [dres] [meɪ] [kɔːz] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][bɜːrst]['ɪntuː][ə; eɪ] [bleɪz]

A	**single**	**spark**	**lighting**	**on**	**a**	**cotton**	**dress**	**may**	**cause**	**it**	**to**	**burst**	**into**	**a**	**blaze**
一个	单身的	火花	灯光	在	一个	棉布	裙子	可能	原因	它	到	爆裂	进入	一个	火焰

[soʊ] [ðæt] [wɪ'ðɪn] [ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] [ðə; ði] [tʃaɪld] [ɪz] [ɪn'veləpt] [ɪn] [fleɪmz] .

so	**that**	**within**	**a**	**few**	**minutes**	**the**	**child**	**is**	**enveloped**	**in**	**flames**	**.**
所以	那	之内	一个	很少	分钟	这	孩子	是	被包裹	在	火焰	.

棉质连衣裙上哪怕只有一粒火星，都可能引发熊熊大火，几分钟之内，孩子就会被火焰吞噬。

[ðə; ði] ['kwɪkɪst] [weɪ] [tuː; tə] [pʊt] [aʊt] [sʌtʃ] [ə; eɪ]['faɪər][ɪz][tuː; tə] [ræp] [ðə; ði][tʃaɪld][ɪn][ə; eɪ] ['blæŋkɪt] ,

The	**quickest**	**way**	**to**	**put**	**out**	**such**	**a**	**fire**	**is**	**to**	**wrap**	**the**	**child**	**in**	**a**	**blanket**	**,**
这	最快	方式	到	放	出去	这样的	一个	火	是	到	裹	这	孩子	在	一个	毯子	,

扑灭这种火最快的办法是用毯子把孩子裹起来。

[ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv]['kɑːrpɪt] , [ə; eɪ] [koʊt] , [ɔːr] ['eni] [pɑːrt][ʌv; əv][jʊr; jər] ['kloʊðɪŋ] ['kwɪkli] [rɪ'muːvd] .

a	**piece**	**of**	**carpet**	**,**	**a**	**coat**	**,**	**or**	**any**	**part**	**of**	**your**	**clothing**	**quickly**	**removed**	**.**
一个	片	的	地毯	,	一个	外套	,	或者	任何	部分	的	你的	衣服	迅速地	已移除	.

一块地毯、一件外套或任何衣物的碎片被迅速移除。

[ɪf] ['nʌθɪŋ] [ɪz][æt; ət][hænd][tuː; tə] [ræp] [ðə; ði] ['sʌfərər] [ɪn] ,

If	**nothing**	**is**	**at**	**hand**	**to**	**wrap**	**the**	**sufferer**	**in**	**,**
如果	没有什么	是	在	手	到	裹	这	患者	在	,

如果没有东西可以用来包裹伤者，

[roʊl][hɪm; ɪm]['oʊvər][ænd; ənd]['oʊvər][ɪn][ðə; ði][dɜːrt][ɔːr] [wiːdz] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] [fleɪmz] [ɑːr; ər] ['smʌðəd] .

roll	**him**	**over**	**and**	**over**	**in**	**the**	**dirt**	**or**	**weeds**	**until**	**the**	**flames**	**are**	**smothered**	**.**
卷	他	超过	和	超过	在	这	污垢	或者	杂草	直到	这	火焰	是	窒息	.

将他反复翻滚在泥土或杂草中，直到火焰被扑灭。

[wen] [jʊr; jər] ['kloʊðɪŋ] [ɪz][ɑːn]['faɪər] , [juː; jʊ][mʌst; məst][nɑːt] [rʌn] ,

When	**your**	**clothing**	**is**	**on**	**fire**	**,**	**you**	**must**	**not**	**run**	**,**
什么时候	你的	衣服	是	在	火	,	你	必须	不是	跑步	,

当你的衣服着火时，千万不要跑。

[bɪ'kəz, bɪ'kɔːz] [ðɪs] [fænz][ðə; ði]['faɪər][ænd; ənd] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː][bɜːrn] .

because	**this**	**fans**	**the**	**fire**	**and**	**makes**	**it**	**burn**	**.**
因为	这	粉丝	这	火	和	制作	它	烧伤	.

因为这会火上浇油，让火势更加猛烈。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**184**	**]**
[	页	-	]

[第184页]

[bɜːrn] [ænd; ənd] [skɔːldz] . — [ɪf] [ðer; ðər][ɪz] ['kloʊðɪŋ] [ɑːn][ðə; ði][pɑːrt] [bəːnd] ,

Burns	**and**	**Scalds**	**.**	**—**	**If**	**there**	**is**	**clothing**	**on**	**the**	**part**	**burned**	**,**
烧伤	和	烫伤	.	—	如果	那里	是	衣服	在	这	部分	烧伤	,

烧伤和烫伤——如果烧伤部位有衣物遮盖，

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['teɪkən][ɔːf] ['sloʊli] [soʊ][æz; əz][nɑːt][tuː; tə][ter; tɪ(ə)r][ðə; ði][skɪn] .

it	**should**	**be**	**taken**	**off**	**slowly**	**so**	**as**	**not**	**to**	**tear**	**the**	**skin**	**.**
它	应该	是	已采取	离开	缓慢地	所以	作为	不是	到	撕	这	皮肤	.

应该慢慢取下，以免撕裂皮肤。

[ɪf] [ðə; ði] ['kloʊðɪŋ] [stɪks] , [soʊk] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ɔɪl] [ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [gets] [luːs] .

If	the	clothing	sticks	,	soak	it	in	oil	a	few	minutes	until	it	gets	loose	.
如果	这	衣服	棍子	,	浸泡	它	在	油	一个	很少	分钟	直到	它	获得	松动的	.

如果衣服粘住了，就把它浸泡在油里几分钟，直到它松动为止。

['kʌvər] [ðə; ði] [bəːnd] [pɑːrt] [æz; əz] ['kwɪkli] [æz; əz] ['pɑːsəb(ə)l] [wɪð; wɪθ] ['væsəliːn] [ɔːr] [ə; eɪ] [kliːn] [klɔːθ]

Cover	the	burned	part	as	quickly	as	possible	with	vaseline	or	a	clean	cloth
覆盖	这	烧伤	部分	作为	迅速地	作为	可能的	和	凡士林	或者	一个	干净的	布

[soʊkt] [ɪn] [ə; eɪ] [kwɔːrt] [ʌv; əv] [bɔɪld] ['wɔːtər] [kən'teɪnɪŋ] [ə; eɪ] [kʌp] [ʌv; əv] ['wɑːʃɪŋ] ['soʊdə] .

soaked	in	a	quart	of	boiled	water	containing	a	cup	of	washing	soda	.
浸泡过	在	一个	夸脱	的	煮沸	水	包含	一个	杯子	的	洗涤	苏打	.

尽快用凡士林或浸泡在一夸脱沸水（加入一杯洗涤碱）中的干净布覆盖烧焦的部位。

[let] ['nʌθɪŋ] ['dɜːrti] [tʌtʃ] [ðə; ði] [bəːnd] ['sɜːrfɪs] [ænd; ənd] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː] [wel] [ræpt] .

Let	nothing	dirty	touch	the	burned	surface	and	keep	it	well	wrapped	.
让	没有什么	肮脏的	触碰	这	烧伤	表面	和	保持	它	出色地	包装	.

不要让任何脏东西接触烧焦的表面，并用保鲜膜包裹好。

['bliːdɪŋ] . — [ə; eɪ] ['pɜːrs(ə)n] [kæn; kən] [luːz] [ə; eɪ] [kwɔːrt] [ʌv; əv] [blʌd] [wɪ'ðaʊt] ['deɪndʒər] [ʌv; əv] [deθ]

Bleeding	.	—	A	person	can	lose	a	quart	of	blood	without	danger	of	death
出血	.	—	一个	人	能	失去	一个	夸脱	的	血	没有	危险	的	死亡

[ænd; ənd] [meɪ] [lɪv; laɪv] ['æftər] [mɔːr] [ðæn; ðən] [tuː] [kwɔːts] [hæv; həv] [bɪn] [lɔːst] ,

and	may	live	after	more	than	two	quarts	have	been	lost	,
和	可能	居住	后	更多的	比	二	夸脱	有	到过	丢失的	,

出血——一个人失血一夸脱（约950毫升）不会有生命危险，失血超过两夸脱（约1.9升）也可能存活。

[bʌt; bət] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [waɪz] [tuː; tə] [traɪ] [tuː; tə] [stɑːp] ['eni] [floʊ] [ʌv; əv] [blʌd] [æz; əz] ['kwɪkli] [æz; əz] ['pɑːsəb(ə)l] .

but	it	is	wise	to	try	to	stop	any	flow	of	blood	as	quickly	as	possible	.
但	它	是	明智的	到	尝试	到	停止	任何	流动	的	血	作为	迅速地	作为	可能的	.

但明智的做法是尽快止住血液流动。

['taɪɪŋ] [ə; eɪ] [kliːn] [klɔːθ] ['foʊldɪd] ['sevrəl] [taɪmz] ['oʊvər] [ðə; ði] [kʌt] [wɪl] [ɪn] [moʊst] ['keɪsɪz] [stɑːp] [ðə; ði] [floʊ] .

Tying	a	clean	cloth	folded	several	times	over	the	cut	will	in	most	cases	stop	the	flow	.
捆绑	一个	干净的	布	折叠	一些	时代	超过	这	切	将要	在	最多	案例	停止	这	流动	.

用干净的布折叠几层后敷在伤口上，大多数情况下都能止血。

[ðɪs] [wɪl] [help] [ə; eɪ] [klɑːt] [tuː; tə] [fɔːrm] [ænd; ənd] [wɪl] ['ɔːlsoʊ] [kloʊz] [ðə; ði] ['ɛndz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [kʌt] ['ves(ə)lz]

This	will	help	a	clot	to	form	and	will	also	close	the	ends	of	the	cut	vessels
这	将要	帮助	一个	凝块	到	形式	和	将要	还	关闭	这	结束	的	这	切	船只

[ɪf] [ðə; ði] ['bændɪdʒ] [ɪz] ['twɪstɪd] [taɪt] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [stɪk] .

if	the	bandage	is	twisted	tight	with	a	stick	.
如果	这	绷带	是	扭曲	紧的	和	一个	戳	.

这样有助于形成血凝块，如果用棍子将绷带拧紧，还可以封闭切开的血管末端。

[ɪf] [ðə; ði] [kʌt] [ɪz] [ɑːn] [ə; eɪ] [lɪm] [ænd; ənd] [ðə; ði] [blʌd] [kʌmz] [aʊt] [ɪn] [spɜːrt] ,

If	the	cut	is	on	a	limb	and	the	blood	comes	out	in	spurts	,
如果	这	切	是	在	一个	肢	和	这	血	来	出去	在	喷涌	,

如果伤口在四肢上，血液呈喷涌状流出，

[ə; eɪ] ['bændɪdʒ] [taɪd] [ə'baʊt] [ðə; ði] [lɪm] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] [kʌt] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['bɑːdi] [meɪ] [biː; bi] ['twɪstɪd]

a	bandage	tied	about	the	limb	between	the	cut	and	the	body	may	be	twisted
一个	绷带	系	关于	这	肢	之间	这	切	和	这	身体	可能	是	扭曲

[taɪt] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [stɪk] [soʊ] [æz; əz] [tuː; tə] [pres] [ə'pɑːn] [ðə; ði] ['ɑːrtəri] [ænd; ənd] [kloʊz] [ˌaɪ 'tiː] .

tight	with	a	stick	so	as	to	press	upon	the	artery	and	close	it	.
紧的	和	一个	戳	所以	作为	到	按	之上	这	动脉	和	关闭	它	.

将绷带绑在伤口和身体之间的肢体上，用棍子将其拧紧，以压迫动脉并将其封闭。

[ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [wʊd] [ɔːr]['foʊldɪd] [klɔːθ] [pleɪst] ['oʊvər][ðə; ði]['ɑːrtəri] ['ʌndər] [ðə; ði] ['bændɪdʒ] [bɪ'fɔːr]

A	piece	of	wood	or	folded	cloth	placed	over	the	artery	under	the	bandage	before
一个	片	的	木头	或者	折叠	布	放置	超过	这	动脉	在下面	这	绷带	前

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['taɪtnd] [ɪz]['helpf(ə)l] .

it	is	tightened	is	helpful	.
它	是	收紧	是	有帮助	.

在绷带收紧之前，在动脉上放一块木头或折叠的布，放在绷带下面，会有帮助。

['noʊzbliːd] . — [sʌm; səm] ['pɝːsənz] [ɑːr; ər] ['trʌbld] ['friːkwəntli] [wɪð; wɪθ] ['bliːdɪŋ] [frʌm; frəm][ðə; ði]

Nosebleed	.	—	Some	persons	are	troubled	frequently	with	bleeding	from	the
鼻血	.	一	一些	人	是	麻烦	频繁地	和	出血	从	这

[noʊz] .

nose	.
鼻子	.

流鼻血——有些人经常受到鼻出血的困扰。

[ðə; ði] [liːst] [nɑːk] [meɪ] [kɔːz] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [bliːd] [fɔːr; fər] [mɔːr] [ðæn; ðən][æn; ən] ['aʊər] .

The	least	knock	may	cause	it	to	bleed	for	more	than	an	hour	.
这	至少	敲	可能	原因	它	到	流血	为了	更多的	比	一个	小时	.

哪怕最轻微的碰撞都可能导致它出血超过一个小时。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] ['dʒen(ə)rəli][biː; bi] [stɑːpt] [wɪ'ðaʊt] ['sendɪŋ] [fɔːr; fər][ə; eɪ]['dɑːktər] .

It	may	generally	be	stopped	without	sending	for	a	doctor	.
它	可能	一般来说	是	停止	没有	发送	为了	一个	医生	.

一般情况下无需就医即可停止治疗。

[sɪt] [ʌp] [streɪt] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [blʌd] [aʊt] [ʌv; əv][ðə; ði] [hed]

Sit	up	straight	to	keep	the	blood	out	of	the	head
坐	向上	直的	到	保持	这	血	出去	的	这	头

坐直，防止血液流向头部

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	185	]
[	页	-	]

[第185页]

[ænd; ənd] [pres] [ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [pɑːrt][ʌv; əv][ðə; ði] [noʊz] ['fɜːrmli] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['fɪŋgərz] .

and	press	the	middle	part	of	the	nose	firmly	between	the	fingers	.
和	按	这	中间	部分	的	这	鼻子	牢牢	之间	这	手指	.

用手指用力按压鼻子的中间部分。

[ə'plai] [ə; eɪ][koʊld] [wet] [klɔːθ] [ɔːr][ə; eɪ] [lʌmp] [ʌv; əv][aɪs] [ræpt] [ɪn][ə; eɪ] [klɔːθ] [tuː; tə][ðə; ði] [bæk] [ʌv; əv]

Apply	a	cold	wet	cloth	or	a	lump	of	ice	wrapped	in	a	cloth	to	the	back	of
申请	一个	寒冷的	湿的	布	或者	一个	块	的	冰	包装	在	一个	布	到	这	后退	的

[ðə; ði] [nek] .

the	neck	.
这	脖子	.

将冰凉的湿毛巾或用布包裹的冰块敷在颈后。

[pʊt] [ə; eɪ][bæg][ʌv; əv] ['paʊndɪd] [aɪs][ɑːn][ðə; ði] [ruːt] [ʌv; əv][ðə; ði] [noʊz] .

Put	a	bag	of	pounded	ice	on	the	root	of	the	nose	.
放	一个	包	的	猛击	冰	在	这	根	的	这	鼻子	.

将一袋捣碎的冰块敷在鼻根部。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɑːt][stɑːp][ɪn][ə; eɪ][hæf] ['aʊər] ,

If	it	does	not	stop	in	a	half	hour	,
如果	它	做	不是	停止	在	一个	一半	小时	,

如果半小时内没有停止，

[wet] [ə; eɪ] [sɔːft] [ræg] [ɔːr] [ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] ['kɑːt(ə)n] [wɪð; wɪθ] [koʊld] [tiː] [ɔːr] ['æləm] ['wɔːtər] [ænd; ənd] [pʊt]

wet	a	soft	rag	or	a	piece	of	cotton	with	cold	tea	or	alum	water	and	put
湿的	一个	柔软的	抹布	或者	一个	片	的	棉布	和	寒冷的	茶	或者	明矾	水	和	放

[ˌaɪ 'tiː] ['dʒentli] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['bliːdɪŋ] ['nɑːstrəl] [soʊ] [æz; əz] [tuː; tə] [ɪn'taɪərli] [kloʊz] [ˌaɪ 'tiː] .

it	gently	into	the	bleeding	nostril	so	as	to	entirely	close	it	.
它	轻轻地	进入	这	出血	鼻孔	所以	作为	到	完全	关闭	它	.

用冷茶水或明矾水浸湿一块软布或棉花，轻轻塞入流血的鼻孔，使其完全闭合。

[duː] [nɑːt] [bloʊ] [ðə; ði] [noʊz] [fɔːr; fər] ['sevrəl] ['aʊərz] ['æftər] [ðə; ði] ['bliːdɪŋ] [hæz; həz] [stɑːpt] [æz; əz] [ðɪs]

Do	not	blow	the	nose	for	several	hours	after	the	bleeding	has	stopped	as	this
做	不是	吹	这	鼻子	为了	一些	小时	后	这	出血	有	停止	作为	这

[meɪ] [stɑːrt] [ˌaɪ 'tiː] [ə'gen] .

may	start	it	again	.
可能	开始	它	再次	.

鼻出血停止后几个小时内不要擤鼻涕，否则可能会导致再次出血。

['feɪntɪŋ] . — ['feɪntɪŋ] [meɪ] [biː; bi] [kɔːzd] [baɪ] [bæd] [er] , [æn; ən] [ˌoʊvər'hiːtɪd] [ruːm] , [baɪ] [fɪr] , [ɔːr]

Fainting	.	—	Fainting	may	be	caused	by	bad	air	,	an	overheated	room	,	by	fear	,	or
昏厥	.	—	昏厥	可能	是	导致	经过	坏的	空气	,	一个	过热	房间	,	经过	害怕	,	或者

[baɪ] [sʌm; səm] ['ʌðər] [ɪk'saɪtmənt] .

by	some	other	excitement	.
经过	一些	其他	激动	.

晕厥——晕厥可能是由空气污浊、房间过热、恐惧或其他刺激引起的。

[ə; eɪ] ['feɪntɪŋ] ['pɜːrs(ə)n] [fɔːlz] [daʊn] [ænd; ənd] [ə'pɪrz] [tuː; tə] [biː; bi] [ə'sliːp] .

A	fainting	person	falls	down	and	appears	to	be	asleep	.
一个	昏厥	人	瀑布	向下	和	出现	到	是	睡着了	.

一个昏厥的人倒地后看起来像睡着了。

[ðə; ði] [lɪps] [ɑːr; ər] [peɪl] [ænd; ənd] [ðer; ðər] [meɪ] [biː; bi] [koʊld] [swet] [ɑːn] [ðə; ði] ['fɔːrhed] .

The	lips	are	pale	and	there	may	be	cold	sweat	on	the	forehead	.
这	嘴唇	是	苍白	和	那里	可能	是	寒冷的	汗	在	这	前额	.

嘴唇苍白，额头上可能会冒冷汗。

[ðer; ðər] [ɪz] [tuː] ['lɪt(ə)l] [blʌd] [ɪn] [ðə; ði] [breɪn] , [ænd; ənd] [ðə; ði] [hɑːrt] [ɪz] [wiːk] .

There	is	too	little	blood	in	the	brain	,	and	the	heart	is	weak	.
那里	是	也	小的	血	在	这	脑	,	和	这	心	是	虚弱的	.

大脑供血不足，心脏虚弱。

[ə; eɪ] ['feɪntɪŋ] ['pɜːrs(ə)n] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [leɪd] [flæt] [ɑːn] [ðə; ði] [flɔːr] [ɔːr] [ɑːn] [ə; eɪ] [kaʊtʃ] ,

A	fainting	person	should	be	laid	flat	on	the	floor	or	on	a	couch	,
一个	昏厥	人	应该	是	铺设	平坦的	在	这	地面	或者	在	一个	长椅	,

昏厥者应平躺在地板上或沙发上。

[ænd; ənd] [ɔːl] [dɔːz] [ænd; ənd] ['wɪndoʊz] ['oʊpənd] [waɪd] .

and	all	doors	and	windows	opened	wide	.
和	全部	门	和	视窗	打开	宽的	.

所有门窗都敞开着。

['luːs(ə)n] [ɔːl] [taɪt] ['kloʊðɪŋ] [ænd; ənd] [ə'plaɪ] [tuː; tə] [ðə; ði] ['fɔːrhed] [ə; eɪ] [klɔːθ] [wet] [wɪð; wɪθ] [koʊld]

Loosen	all	tight	clothing	and	apply	to	the	forehead	a	cloth	wet	with	cold
松开	全部	紧的	衣服	和	申请	到	这	前额	一个	布	湿的	和	寒冷的

['wɔːtər] .

water	.
水	.

解开所有紧身衣物，用冷水浸湿的毛巾敷在额头上。

[ə; eɪ] [feɪnt] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] ['læsts] ['oʊnli] [ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] .

A	faint	usually	lasts	only	a	few	minutes	.
一个	头晕的	通常	持续时间	仅有的	一个	很少	分钟	.

晕厥通常只会持续几分钟。

['sʌnstroʊk] . — [ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n][wɪð; wɪθ] ['sʌnstroʊk] [bɪ'kʌmz] ['gɪdi] , [sɪk] [æt; ət][ðə; ði] ['stʌmək] ,

Sunstroke	.	—	A	person	with	sunstroke	becomes	giddy	,	sick	at	the	stomach	,
中暑	.	—	一个	人	和	中暑	变成	头晕	,	生病的	在	这	胃	,

[ænd; ənd] [wiːk] .

and	weak	.
和	虚弱的	.

中暑——中暑的人会感到头晕、恶心、虚弱。

[hiː; hi] [ðen] [gets] ['draʊzi] [ænd; ənd] [meɪ] [siːm] [æz; əz] [ɪf] [ə'sliːp] , [bʌt; bət][hiː; hi] ['kænɑːt][biː; bi]

He	then	gets	drowsy	and	may	seem	as	if	asleep	,	but	he	cannot	be
他	然后	获得	昏昏欲睡	和	可能	似乎	作为	如果	睡着了	,	但	他	不能	是

[ə'raʊzd] .

aroused	.
被唤醒	.

然后他会变得昏昏欲睡，看起来像睡着了一样，但却无法被唤醒。

[ðə; ði][skɪn][ɪz][hɑːt][ænd; ənd][draɪ] [ɪn'sted] [ʌv; əv] ['biːɪŋ] [koʊld][ænd; ənd] [peɪl] , [æz; əz][ɪn] ['feɪntɪŋ] .

The	skin	is	hot	and	dry	instead	of	being	cold	and	pale	,	as	in	fainting	.
这	皮肤	是	热的	和	干燥	反而	的	存在	寒冷的	和	苍白	,	作为	在	昏厥	.

皮肤发热干燥，而不是像昏厥时那样冰冷苍白。

[ðə; ði]['dɑːktər] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [sent] [fɔːr; fər][æt; ət] [wʌns] .

The	doctor	should	be	sent	for	at	once	.
这	医生	应该	是	发送	为了	在	一次	.

应该立即请医生过来。

[ðə; ði][fɜːrst][eɪd][fɔːr; fər] ['sʌnstroʊk] [ɪz][tuː; tə][pʊt] [ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt][ɪn]

The	first	aid	for	sunstroke	is	to	put	the	patient	in
这	第一的	援助	为了	中暑	是	到	放	这	病人	在

中暑的急救措施是将患者置于.....

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	186	]
[	页	-	]

[第186页]

[ə; eɪ] [kuːl] ['selər] [ɔːr][æn; ən] ['aɪshaʊs] , [reɪz] [ðə; ði] [hed] , [ænd; ənd] [wet] [ðə; ði] [hed] , [nek] ,

a	cool	cellar	or	an	icehouse	,	raise	the	head	,	and	wet	the	head	,	neck	,
一个	凉爽的	地窖	或者	一个	冰窖	,	增加	这	头	,	和	湿的	这	头	,	脖子	,

到凉爽的地窖或冰窖里，抬起头，弄湿头部和脖子，

[ænd; ənd] [bæk] [ʌv; əv][ðə; ði] [tʃest] [wɪð; wɪθ][koʊld]['wɔːtər] .

and	back	of	the	chest	with	cold	water	.
和	后退	的	这	胸部	和	寒冷的	水	.

用冷水冲洗胸后部。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][hiː; hi] ['weikənz] [pʊt] [hɪm; ɪm][ɪn][ə; eɪ] [kuːl] [ruːm] .

As	soon	as	he	wakens	put	him	in	a	cool	room	.
作为	很快	作为	他	醒来	放	他	在	一个	凉爽的	房间	.

他醒来后立刻把他放到凉爽的房间里。

['frɔːstbaɪt] . — [wen] [aʊt] [ɪn] ['veri] [koʊld] ['weðər] , [ðə; ði][end][ʌv; əv][ðə; ði][noʊz] , [ðə; ði][tɪps][ʌv; əv]

Frostbite	.	—	When	out	in	very	cold	weather	,	the	end	of	the	nose	,	the	tips	of
冻疮	.	—	什么时候	出去	在	非常	寒冷的	天气	,	这	结尾	的	这	鼻子	,	这	尖端	的

[ðə; ði] [ɪrz] ,

the	ears	,
这	耳朵	,

冻伤——在极寒天气下，鼻尖、耳尖等部位容易冻伤。

[ænd; ənd][ðə; ði][toʊz][ænd; ənd]['fɪŋgərz][ɑːr; ər] ['sʌmtaɪmz] ['froʊz(ə)n] .

and	the	toes	and	fingers	are	sometimes	frozen	.
和	这	脚趾	和	手指	是	有时	冷冻	.

脚趾和手指有时会冻僵。

[ɪf] [ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n] [kʌmz] ['ɪntuː][ə; eɪ][wɔːrm] [ruːm] , [ðiːz] ['froʊz(ə)n][pɑːrts] [wɪl] [gɪv] [mʌtʃ] [peɪn] .

If **a** **person** **comes** **into** **a** **warm** **room** **,** **these** **frozen** **parts** **will** **give** **much** **pain** **.**

如果 一个 人 来 进入 一个 温暖的 房间 , 这些 冷冻 部分 将要 给 很多 疼痛 .

如果一个人进入温暖的房间，这些冻伤的部位会带来剧烈的疼痛。

[ðə; ði][pɑːrts] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [rʌbd] [wɪð; wɪθ] [snoʊ] [ɔːr][aɪs]['wɔːtər] [ʌn'tɪl] [ə; eɪ] ['tɪŋglɪŋ] [sen'seɪʃ(ə)n] [ɪz] [felt]

The **parts** **should** **be** **rubbed** **with** **snow** **or** **ice** **water** **until** **a** **tingling** **sensation** **is** **felt**

这 部分 应该 是 摩擦 和 雪 或者 冰 水 直到 一个 刺痛感 感觉 是 毛毡

.

:

.

用雪或冰水摩擦患处，直到感觉到刺痛感。

[breɪks] [ɪn][ðə; ði] [skɪn] . — [ə; eɪ] [smɔːl] [kʌt] [ɔːr][ter; tɪ(ə)r][ɪn][ðə; ði] [skɪn] [meɪ] [bɪ'kʌm] ['veri] [sɔːr]

Breaks **in** **the** **Skin** **.** **—** **A** **small** **cut** **or** **tear** **in** **the** **skin** **may** **become** **very** **sore**

休息 在 这 皮肤 . — 一个 小的 切 或者 撕 在 这 皮肤 可能 变得 非常 疮

[ænd; ənd] [kɔːz] [mʌtʃ] ['trʌb(ə)l] [ɪf] [nɑːt] [kɛəd] [fɔːr; fər][soʊ][æz; əz][tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði][dʒəːmz] [aʊt] .

and **cause** **much** **trouble** **if** **not** **cared** **for** **so** **as** **to** **keep** **the** **germs** **out** **.**

和 原因 很多 麻烦 如果 不是 关心 为了 所以 作为 到 保持 这 细菌 出去 .

皮肤破损——皮肤上的小伤口或撕裂伤如果不及时处理以防止细菌入侵，可能会变得非常疼痛并造成很多麻烦。

[ɪf] [ðer; ðər][ɪz][dɜːrt][ɪn][ðə; ði] [wuːnd] ,

If **there** **is** **dirt** **in** **the** **wound** **,**

如果 那里 是 污垢 在 这 伤口 ,

如果伤口里有污垢，

[æz; əz] [wen] [meɪd] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] ['rʌsti] [neɪl][ɔːr][baɪ][ðə; ði][baɪt][ʌv; əv][ə; eɪ][dɔːg] ,

as **when** **made** **with** **a** **rusty** **nail** **or** **by** **the** **bite** **of** **a** **dog** **,**

作为 什么时候 制成 和 一个 生锈的 指甲 或者 经过 这 咬 的 一个 狗 ,

例如用生锈的钉子钉住或被狗咬伤时形成的伤口

[ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [skwiːzd] [ænd; ənd] [wɑːʃt] [wɪð; wɪθ] [bɔɪld] ['wɔːtər][tuː; tə] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː] ['pɜːrfɪktli]

it **should** **be** **squeezed** **and** **washed** **with** **boiled** **water** **to** **make** **it** **perfectly**

它 应该 是 挤压 和 洗过 和 煮沸 水 到 制作 它 完美

[kliːn] .

clean **.**

干净的 .

应该拧干，然后用开水冲洗，使其彻底干净。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [ðen] [biː; bi] [baʊnd] [ʌp][ɪn][ə; eɪ] [kliːn] [klɔːθ] .

It **may** **then** **be** **bound** **up** **in** **a** **clean** **cloth** **.**

它 可能 然后 是 边界 向上 在 一个 干净的 布 .

然后可以用干净的布包起来。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ['tɜːrpəntaɪn] [pɔːd] [ɑːn][ðə; ði] [wuːnd] [wɪl] [help] [kɪl] [ðə; ði][dʒəːmz] [wɪtʃ] [meɪ] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː]

A **little** **turpentine** **poured** **on** **the** **wound** **will** **help** **kill** **the** **germs** **which** **may** **make** **it**

一个 小的 松节油 倾倒 在 这 伤口 将要 帮助 杀 这 细菌 哪个 可能 制作 它

[sɔːr] .

sore **.**

疮 .

在伤口上倒一点松节油有助于杀死可能引起疼痛的细菌。

[ɪf] [ðə; ði][dɔːg][ɪz] [θɔːt] [tuː; tə][biː; bi][mæd][ɔːr][ðə; ði] [wuːnd] [ɪz] [tuː] [diːp] [tuː; tə][biː; bi] ['iːzəli]

If **the** **dog** **is** **thought** **to** **be** **mad** **or** **the** **wound** **is** **too** **deep** **to** **be** **easily**

如果 这 狗 是 想法 到 是 疯狂的 或者 这 伤口 是 也 深的 到 是 容易地

[wɑːʃt] [aʊt][tuː; tə][ðə; ði] ['bɑːtəm] ,

washed **out** **to** **the** **bottom** **,**

洗过 出去 到 这 底部 ,

如果怀疑狗疯了，或者伤口太深难以彻底清洗干净，

[ə; eɪ]['dɑːktər] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kɔːld] .
a **doctor** **should** **be** **called** **.**
一个 医生 应该 是 称为 .

应该请医生来。

['sneɪkbaɪt] . — [ðə; ði] ['skrætʃɪz] [meɪd] [baɪ][ðə; ði]['lɪt(ə)l] [tiːθ] [ʌv; əv][moʊst] [sneɪks] , [sʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði]
Snakebite **.** **—** **The** **scratches** **made** **by** **the** **little** **teeth** **of** **most** **snakes** **,** **such** **as** **the**
蛇咬伤 . 一 这 划痕 制成 经过 这 小的 牙齿 的 最多 蛇 , 这样的 作为 这
[mɪlk] [sneɪk] ,
milk **snake** **,**
牛奶 蛇 ,

蛇咬伤——指大多数蛇类（例如奶蛇）的小牙齿造成的划痕。

['gɑːrtər] [sneɪk] , [ænd; ənd] [blæk] [sneɪk] , [duː][noʊ] [mɔːr] [hɑːrm][ðæn; ðən][ðə; ði] [skrætʃ] [ʌv; əv][ə; eɪ][pɪn] .
garter **snake** **,** **and** **black** **snake** **,** **do** **no** **more** **harm** **than** **the** **scratch** **of** **a** **pin** **.**
袜带 蛇 , 和 黑色的 蛇 , 做 不 更多的 伤害 比 这 划痕 的 一个 别针 .

束带蛇和黑蛇造成的伤害，不过是被针划一下而已。

[ðə; ði] ['kɑːpərhed] , [ðə; ði] ['sʌðərn] ['mɑːkəsɪn] ,
The **copperhead** **,** **the** **southern** **moccasin** **,**
这 铜头蛇 , 这 南部 鹿皮鞋 ,

铜头蝮蛇，南方水蝮蛇，

[ænd; ənd][ðə; ði] ['rætlsneɪk] [hæv; həv][ə; eɪ] [per] [ʌv; əv] [lɔːŋ] [tiːθ] [kɔːld] [fæŋz] [ɪn][ðə; ði] ['ʌpər] [dʒɔː] .
and **the** **rattlesnake** **have** **a** **pair** **of** **long** **teeth** **called** **fangs** **in** **the** **upper** **jaw** **.**
和 这 响尾蛇 有 一个 一对 的 长的 牙齿 称为 獠牙 在 这 上 颚 .

响尾蛇上颚有一对长长的牙齿，称为毒牙。

[ðiːz] [tiːθ] [hæv; həv]
These **teeth** **have**
这些 牙齿 有

这些牙齿有

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[**Pg** **187** **]**
[页 -]

[第187页]

['lɪt(ə)l][kə'nælz][ɪn][ðem; ðəm] [θruː] [wɪtʃ] [ðə; ði] [sneɪk] ['prɛsəz, 'prɛsɪz] ['pɔɪzn] ['ɪntuː][ðə; ði][baɪt] .
little **canals** **in** **them** **through** **which** **the** **snake** **presses** **poison** **into** **the** **bite** **.**
小的 运河 在 他们 通过 哪个 这 蛇 出版社 毒 进入 这 咬 .

它们体内有许多细小的通道，蛇可以通过这些通道将毒液注入伤口。

[fɪg] .
Fig **.**
如图 .

如图。

- — ['foʊtəgræf] [ʌv; əv][ə; eɪ] ['kɑːpərhed] [sneɪk] [huː] [baɪt] [meɪ] [kɔːz] [deθ] .
98 **—** **Photograph** **of** **a** **copperhead** **snake** **whose** **bite** **may** **cause** **death** **.**
- — 照片 的 一个 铜头蛇 蛇 谁 咬 可能 原因 死亡 .

98 —一张铜头蛇的照片，这种蛇的咬伤可能致命。

[ɪf] [ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n][ɪz] ['bɪtn] [baɪ][wʌn][ʌv; əv] [ðiːz] [sneɪks] ,
If **a** **person** **is** **bitten** **by** **one** **of** **these** **snakes** **,**
如果 一个 人 是 被咬 经过 一 的 这些 蛇 ,

如果有人被这些蛇咬伤，

[ðə; ði]['dɑːktər][mʌst; məst][biː; bi] [sent] [fɔːr; fər][ænd; ənd] [help] ['gɪv(ə)n][æt; ət][wʌns] .
the **doctor** **must** **be** **sent** **for** **and** **help** **given** **at** **once** **.**
这 医生 必须 是 发送 为了 和 帮助 给定 在 一次 .

必须立即请医生来救治。

[pʊt] [ə; eɪ] ['bændɪdʒ] [ə'bʌv] [ðə; ði] [baɪt] [ænd; ənd] [twɪst] [ˌaɪ 'tiː] [taɪt] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [stɪk] .

Put	**a**	**bandage**	**above**	**the**	**bite**	**and**	**twist**	**it**	**tight**	**with**	**a**	**stick**	**.**
放	一个	绷带	多于	这	咬	和	捻	它	紧的	和	一个	戳	.

在咬伤处上方贴上绷带，用棍子将其拧紧。

[meɪk] [tuː] [ɔːr] [θriː] [diːp] [kʌts] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['bɪtn] [pleɪs] [tuː; tə] [let] [aʊt] [ðə; ði] ['pɔɪznd] [blʌd] .

Make	**two**	**or**	**three**	**deep**	**cuts**	**into**	**the**	**bitten**	**place**	**to**	**let**	**out**	**the**	**poisoned**	**blood**	**.**
制作	二	或者	三	深的	削减	进入	这	被咬	地方	到	让	出去	这	中毒	血	.

在被咬伤的地方切两三刀深，以便放出毒血。

[sʌk] [ðə; ði] [wuːnd] [tuː; tə] [drɔː] [aʊt] [ðə; ði] ['pɔɪzn] [ænd; ənd] [ə'plaɪ] [ə'moʊniə] .

Suck	**the**	**wound**	**to**	**draw**	**out**	**the**	**poison**	**and**	**apply**	**ammonia**	**.**
吸	这	伤口	到	画	出去	这	毒	和	申请	氨	.

吸出伤口中的毒液，然后涂抹氨水。

['tʃoʊkɪŋ] . — [ə; eɪ] [hɑːrd] [piːs] [ʌv; əv] [miːt] , [ə; eɪ] [boʊn] ,

Choking	**.**	**—**	**A**	**hard**	**piece**	**of**	**meat**	**,**	**a**	**bone**	**,**
窒息	.	—	一个	难的	片	的	肉	,	一个	骨	,

噎住。——一块硬肉、一根骨头，

[ɔːr] [ə; eɪ] [piːtʃ] [siːd] [meɪ] [slɪp] [bæk] ['ɪntuː] [ðə; ði] [θroʊt] [ænd; ənd] [pres] [soʊ] [hɑːrd] [ɑːn] [ðə; ði] ['wɪndpaɪp]

or	**a**	**peach**	**seed**	**may**	**slip**	**back**	**into**	**the**	**throat**	**and**	**press**	**so**	**hard**	**on**	**the**	**windpipe**
或者	一个	桃	种子	可能	滑	后退	进入	这	喉	和	按	所以	难的	在	这	气管

[æz; əz] [tuː; tə] [kʌt] [ɔːf] [ðə; ði] [er] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [lʌŋz] .

as	**to**	**cut**	**off**	**the**	**air**	**from**	**the**	**lungs**	**.**
作为	到	切	离开	这	空气	从	这	肺	.

或者桃核可能会滑回喉咙，用力压迫气管，导致肺部无法呼吸。

[ɪf] [ðə; ði] ['ɑːbdʒekt] [ɪz] [nɑːt] [fɑːr] [bæk] [ɪn] [ðə; ði] [θroʊt] ,

If	**the**	**object**	**is**	**not**	**far**	**back**	**in**	**the**	**throat**	**,**
如果	这	目的	是	不是	远的	后退	在	这	喉	,

如果异物不在喉咙深处，

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [siːzd] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [fɜːrst] ['fɪŋgər] .

it	**may**	**be**	**seized**	**with**	**the**	**first**	**finger**	**.**
它	可能	是	查获	和	这	第一的	手指	.

可以用食指抓住。

[ə; eɪ] [fjuː] [smɑːrt] [slæps] [ɑːn] [ðə; ði] ['ʌpər] [pɑːrt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [bæk] [waɪl] [ðə; ði] ['bɑːdi] [ɪz] [bent] ['fɔːrwərd]

A	**few**	**smart**	**slaps**	**on**	**the**	**upper**	**part**	**of**	**the**	**back**	**while**	**the**	**body**	**is**	**bent**	**forward**
一个	很少	聪明的	掌掴	在	这	上	部分	的	这	后退	尽管	这	身体	是	弯曲	向前

[meɪ] [draɪv] [ɪ'nʌf] [er] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [lʌŋz] [tuː; tə] [pʊʃ] [ðə; ði] ['ɑːbdʒekt] ['aʊtwərd] .

may	**drive**	**enough**	**air**	**out**	**of**	**the**	**lungs**	**to**	**push**	**the**	**object**	**outward**	**.**
可能	驾驶	足够的	空气	出去	的	这	肺	到	推	这	目的	向外	.

身体前倾时，用力拍打背部上方几下，可能会使肺部空气排出，从而将物体推出。

['draʊnɪŋ] . — ['evri] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [lɜːrn] [tuː; tə] [swɪm] [waɪl] [jʌŋ] , [bʌt; bət] [noʊ] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd]

Drowning	**.**	**—**	**Every**	**one**	**should**	**learn**	**to**	**swim**	**while**	**young**	**,**	**but**	**no**	**one**	**should**
溺水	.	—	每一个	一	应该	学习	到	游泳	尽管	年轻的	,	但	不	一	应该

['ventʃər] [ɪn] [diːp] ['wɔːtər] .

venture	**in**	**deep**	**water**	**.**
风险投资	在	深的	水	.

溺水——每个人都应该从小学习游泳，但任何人都不应该冒险进入深水区。

['stɪfnɪŋ] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['mʌslz] [kɔːld] [kræmps] ['ɔːf(ə)n] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] [best] ['swɪmər] [tuː; tə] [draʊn] .

Stiffening	**of**	**the**	**muscles**	**called**	**cramps**	**often**	**causes**	**the**	**best**	**swimmer**	**to**	**drown**	**.**
刚度	的	这	肌肉	称为	痉挛	经常	原因	这	最好的	游泳运动员	到	溺水	.

肌肉痉挛导致的僵硬常常会导致游泳健将溺水。

['æftər] [ə; eɪ] ['pɜːrs(ə)n] [hæz; həz] [bɪn] ['ʌndər] [ðə; ði] ['wɔːtər] [tuː] [ɔːr]

After	**a**	**person**	**has**	**been**	**under**	**the**	**water**	**two**	**or**
后	一个	人	有	到过	在下面	这	水	二	或者

一个人在水下待了两小时或

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 188]
[页 -]

[第188页]

[θriː] [ˈmɪnɪts] [hiː; hi] [əˈpɪrz] [ˈlaɪfləs] .
three minutes he appears lifeless .
三 分钟 他 出现 无生命 .

三分钟后，他看起来毫无生气。

[hiː; hi] [meɪ] , [haʊˈevər] , [biː; bi] [brɔːt] [tuː; tə] [laɪf] [ɪf] [leɪd] [feɪs] [ˈdaʊnwərd] , [hɪz; ɪz] [kloʊðz] [ˈluːsnd]
He may , however , be brought to life if laid face downward , his clothes loosened
他 可能 , 然而 , 是 带来 到 生活 如果 铺设 脸 向下 , 他的 衣服 松动
,
,
,

然而，如果将他面朝下放置，解开他的衣服，他或许就能复活。

[ænd; ənd] [ðə; ði] [lʌŋz] [meɪd] [tuː; tə] [briːð] .
and the lungs made to breathe .
和 这 肺 制成 到 呼吸 .

以及用于呼吸的肺。

[ə; eɪ] [ˈhevi] [ˈfoʊldɪd] [koʊt] , [ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] [sɑːd] ,
A heavy folded coat , a piece of sod ,
一个 重的 折叠 外套 , 一个 片 的 草皮 ,

一件厚重的折叠外套，一块草皮，

[ɔːr] [ə; eɪ] [bʌntʃ] [ʌv; əv] [wiːdz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [pʊt] [ˈʌndər] [ðə; ði] [tʃest] .
or a bunch of weeds should be put under the chest .
或者 一个 束 的 杂草 应该 是 放 在下面 这 胸部 .

或者在箱子底下放一把杂草。

[ðen] [ˈstændɪŋ] [əˈstraɪd] [ʌv; əv] [hɪm; ɪm] [pleɪs] [ðə; ði] [hændz] [ɑːn] [ðə; ði] [ˈloʊər] [rɪbz] [ænd; ənd] [bend]
Then standing astride of him place the hands on the lower ribs and bend
然后 常设 跨骑 的 他 地方 这 双手 在 这 降低 肋骨 和 弯曲
[ˈfɔːrwərd] [ˈgrædʒuəli] [soʊ] [æz; əz] [tuː; tə] [pres] [ɑːn] [ðə; ði] [rɪbz] [ænd; ənd] [pʊʃ] [ðə; ði] [er] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði]
forward gradually so as to press on the ribs and push the air out of the
向前 逐步地 所以 作为 到 按 在 这 肋骨 和 推 这 空气 出去 的 这
[lʌŋz] .
lungs .
肺 .

然后跨坐在他身上，双手放在下肋骨上，慢慢向前弯腰，以便按压肋骨，将肺部的空气排出。

[ðen] [ˈstreɪtn] [jʊr; jər] [ˈbɑːdi] [ænd; ənd] [ˈsloʊli] [ˈles(ə)n] [ˈpreʃər] [ɑːn] [ðə; ði] [ˈpeɪʃənts] [rɪbz] [soʊ] [ðæt]
Then straighten your body and slowly lessen pressure on the patient's ribs so that
然后 拉直 你的 身体 和 缓慢地 减少 压力 在 这 患者 肋骨 所以 那
[ðə; ði] [er] [wɪl] [rʌn] [ˈɪntuː] [ðə; ði] [lʌŋz] .
the air will run into the lungs .
这 空气 将要 跑步 进入 这 肺 .

然后挺直身体，慢慢减轻对病人肋骨的压力，让空气流入肺部。

[ɪn] [ðɪs] [wei] [meɪk] [ðə; ði] [er] [goʊ] [ɪn] [ænd; ənd] [aʊt] [ʌv; əv] [ðə; ði] [lʌŋz] [əˈbaʊt] [ˌfɪfˈtiːn] [taɪmz] [iːtʃ]
In this way make the air go in and out of the lungs about fifteen times each
在 这 方式 制作 这 空气 去 在 和 出去 的 这 肺 关于 十五 时代 每个
[ˈmɪnɪt] .
minute .
分钟 .

这样，空气每分钟就能进出肺部约十五次。

['pɔɪzənɪŋ] . — [wen'evər] [ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n][hæz; həz]['teɪkən] ['pɔɪzn] , [ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][sent]

Poisoning	.	—	Whenever	a	person	has	taken	poison	,	a	physician	should	be	sent
中毒	.	一	每当	一个	人	有	已采取	毒	,	一个	医生	应该	是	发送

[fɔːr; fər][æt; ət][wʌns] .

for	at	once	.
为了	在	一次	.

中毒——一旦有人服毒，就应该立即请医生来诊治。

[ɪn][moʊst]['keɪsɪz][æn; ən] ['efərt] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [meɪd] [tuː; tə][get][ðə; ði] ['pɔɪzn] [aʊt][ʌv; əv][ðə; ði] ['stʌmək]

In	most	cases	an	effort	should	be	made	to	get	the	poison	out	of	the	stomach
在	最多	案例	一个	努力	应该	是	制成	到	得到	这	毒	出去	的	这	胃

[baɪ] ['kɔːzɪŋ] ['vɑːmɪtɪŋ] .

by	causing	vomiting	.
经过	导致	呕吐	.

大多数情况下，应该通过催吐将毒素从胃里排出。

[ə; eɪ] [glæs] [ɔːr] [tuː] [ʌv; əv] [wiːk] , [wɔːrm] ['soʊpsʌdz] , [ə; eɪ][paɪnt][ʌv; əv]['wɔːtər][wɪð; wɪθ][ə; eɪ]

A	glass	or	two	of	weak	,	warm	soapsuds	,	a	pint	of	water	with	a
一个	玻璃	或者	二	的	虚弱的	,	温暖的	肥皂泡	,	一个	品脱	的	水	和	一个

['teblspʊn,fʊl] [ʌv; əv] ['mʌstərd] ,

tablespoonful	of	mustard	,
一汤匙	的	芥末	,

一两杯淡而温热的肥皂水，一品脱水加一汤匙芥末，

[ɔːr][ə; eɪ] [glæs] [ʌv; əv]['wɔːtər][wɪð; wɪθ] [tuː] ['teɪbl,spuːnfʊl] [ʌv; əv][sɔːlt] [meɪ] [biː; bi]['teɪkən][tuː; tə] [meɪk]

or	a	glass	of	water	with	two	tablespoonfuls	of	salt	may	be	taken	to	make
或者	一个	玻璃	的	水	和	二	汤匙	的	盐	可能	是	已采取	到	制作

[ðə; ði] ['stʌmək] [θroʊ] [aʊt][ðə; ði] ['pɔɪzn] .

the	stomach	throw	out	the	poison	.
这	胃	扔	出去	这	毒	.

或者可以喝一杯加了两汤匙盐的水，让胃把毒物排出来。

['tɪklɪŋ] [ðə; ði] [θroʊt] [bæk] [ʌv; əv][ðə; ði] [tʌŋ] [wɪl] [help] [kɔːz] ['vɑːmɪtɪŋ] .

Tickling	the	throat	back	of	the	tongue	will	help	cause	vomiting	.
挠痒痒	这	喉	后退	的	这	舌头	将要	帮助	原因	呕吐	.

轻挠喉咙和舌根可以帮助催吐。

[ɪf] [ə; eɪ] [strɔːŋ] ['æsɪd] [sʌtʃ] [æz; əz][kɑːr'bɑːlɪk]['æsɪd][ɔːr][ə; eɪ] [strɔːŋ] ['ælkəlaɪ] [sʌtʃ] [æz; əz] [ə'moʊniə]

If	a	strong	acid	such	as	carbolic	acid	or	a	strong	alkali	such	as	ammonia
如果	一个	强的	酸	这样的	作为	石炭酸	酸	或者	一个	强的	碱	这样的	作为	氨

[hæz; həz] [bɪn] ['teɪkən] ,

has	been	taken	,
有	到过	已采取	,

如果服用了强酸（例如石炭酸）或强碱（例如氨水），

[duː][nɑːt] [kɔːz] ['vɑːmɪtɪŋ] .

do	not	cause	vomiting	.
做	不是	原因	呕吐	.

不会引起呕吐。

[fɔːr; fər]['æsidz] [gɪv] [tʃɔːk] [ɪn][wɔːrm]['wɔːtər][ænd; ənd][ə; eɪ][paɪnt][ʌv; əv] [mɪlk] .

For	acids	give	chalk	in	warm	water	and	a	pint	of	milk	.
为了	酸	给	粉笔	在	温暖的	水	和	一个	品脱	的	牛奶	.

对于酸性物质，可用温水和一品脱牛奶溶解粉笔。

[fɔːr; fər][æn; ən]['ælkəlaɪ] [gɪv] ['vɪnɪgər] [ɪn]['wɔːtər] .

For	an	alkali	give	vinegar	in	water	.
为了	一个	碱	给	醋	在	水	.

碱性溶液可以用醋兑水配制。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 189]
[页 -]

[第189页]

['ɪndeks]
INDEX
指数

指数

['eˌbi] do´men , - .
Ab do´men , 15 .
艾布 do´men , - .

Ab do´men，15。

Ad´e [nɔɪdz] , - , - .
Ad´e noids , 105 , 106 .
Ad´e 类 , - , - .

Ad´e noids，105，106。

[er] [ænd; ənd] [helθ] , - - - .
Air and health , 111 - 116 .
空气 和 健康 , - - - .

空气与健康，111-116。

[er] [sæks] , - , - .
Air sacs , 102 , 103 .
空气 囊 , - , - .

气囊，102，103。

[er] [tjʊb] , - .
Air tubes , 103 .
空气 管子 , - .

空气管，103。

['ælkəhɔːl] , - , - .
Alcohol , 20 , 35 .
酒精 , - , - .

酒精，20，35。

[ænd; ənd] [blʌd] , - , - .
and blood , 124 , 125 .
和 血 , - , - .

以及血液，124，125。

[ænd; ənd] [blʌd] ['ves(ə)lz] , - .
and blood vessels , 126 .
和 血 船只 , - .

以及血管，126。

[ænd; ənd] [breɪn] , - - - .
and brain , 158 - 162 .
和 脑 , - - - .

以及大脑，158-162。

[ænd; ənd] ['kloʊðɪŋ] , - , - .
and clothing , 98 , 99 .
和 衣服 , - , - .

服装，98，99。

[ænd; ənd] [kraɪm] , - , - .
and crime , 160 , 161 .
和 犯罪 , - , - .

犯罪，160，161。

[ænd; ənd][daɪ'dʒestʃən] , - , - .
and **digestion** **,** **57** **,** **58** **.**
和 消化 , - , - .

以及消化，57，58。

[ænd; ənd] [helθ] , - , - .
and **health** **,** **74** **,** **75** **.**
和 健康 , - , - .

健康状况：74、75。

[ænd; ənd] ['kidniz] , - .
and **kidneys** **,** **93** **.**
和 肾脏 , - .

肾脏，93。

[ænd; ənd] [lʌŋz] , - , - .
and **lungs** **,** **109** **,** **110** **.**
和 肺 , - , - .

以及肺，109，110。

[ænd; ənd] ['mʌslz] , - - - .
and **muscles** **,** **146** **-** **148** **.**
和 肌肉 , - - - .

以及肌肉，146-148。

[ænd; ənd] ['sensɪz] , - .
and **senses** **,** **172** **.**
和 感官 , - .

以及感官，172。

[ænd; ənd] [skɪn] , - , - .
and **skin** **,** **92** **,** **93** **.**
和 皮肤 , - , - .

皮肤，92，93。

[ˌælkə'hɑːlɪk] [drɪŋks] , - - - .
Alcoholic **drinks** **,** **68** **-** **73** **.**
酗酒者 饮料 , - - - .

含酒精饮料，68-73。

[æz; əz] [fuːd] , - , - .
as **food** **,** **27** **,** **29** **.**
作为 食物 , - , - .

作为食物，27，29。

[ə; eɪ] or´ta , - .
A **or´ta** **,** **16** **.**
一个 or´ta , - .

奥塔，16。

['æpɪtaɪt] , - , - .
Appetite **,** **58** **,** **59** **.**
食欲 , - , - .

食欲，58，59。

['ɑːrtɚiːz] , - , - .
Arteries **,** **19** **,** **119** **.**
动脉 , - , - .

动脉，19，119。

['bækboʊn] , - .
Backbone **,** **16** **.**
骨干 , - .

脊梁，16。

[bæk] te´ria , - , - .
Bac te´ria , 36 , 39 .
巴克 te´ria , - , - .

细菌，36，39。

[ʌv; əv] [dɪ'ziːz] , - - - .
of disease , 175 - 177 .
的 疾病 , - - - .

疾病，175-177。

[ʌv; əv] [mɪlk] , - .
of milk , 43 .
的 牛奶 , - .

牛奶，43。

['beɪðɪŋ] , - .
Bathing , 91 .
洗澡 , - .

沐浴，91。

[biːnz] , - .
Beans , 24 .
豆子 , - .

豆子，24。

['bedbʌgz] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - , - .
Bedbugs and disease , 134 , 178 .
臭虫 和 疾病 , - , - .

臭虫与疾病，134，178。

[biːf] [tiː] , - .
Beef tea , 31 .
牛肉 茶 , - .

牛肉茶，31。

[bɪr] [ænd; ənd][daɪ'dʒestʃən] , - , - .
Beer and digestion , 57 , 58 .
啤酒 和 消化 , - , - .

啤酒与消化，57，58。

[æz; əz][ə; eɪ] [fuːd] , - , - .
as a food , 27 , 35 .
作为 一个 食物 , - , - .

作为食物，27，35。

[ænd; ənd] [hɑːrt] , - .
and heart , 125 .
和 心 , - .

心脏，125。

['meɪkɪŋ] [ʌv; əv] , - .
making of , 70 .
制作 的 , - .

制作过程，70。

[baɪl] , - , - .
Bile , 52 , 55 .
胆汁 , - , - .

胆汁，52，55。

- , - .
Blackdeath , 11 .
- , - .

黑死病，11。

['bliːdɪŋ] , [tuː; tə][stɑːp] , - , - , - , - .
Bleeding , to stop , 123 , 124 , 184 , 185 .
出血 , 到 停止 , - , - , - , - .

出血，止血，123，124，184，185。

[blʌd] , - , - , - .
Blood , 17 , 117 , 118 .
血 , - , - , - .

血，17，117，118。

[blʌd] ['ves(ə)lz] , - , - - - .
Blood vessels , 19 , 118 - 122 .
血 船只 , - , - - - .

血管，19，118-122。

['bɑːdi] , [pɑːrts][ʌv; əv] , - - - .
Body , parts of , 15 - 19 .
身体 , 部分 的 , - - - .

身体，部分，15-19。

[boʊnz] , - - - .
Bones , 135 - 139 .
骨头 , - - - .

骨头，135-139。

['baʊəlz] , - , - , - .
Bowels , 47 , 52 , 53 .
肠道 , - , - , - .

肠道，47、52、53。

[breɪn] , - - - .
Brain , 149 - 153 .
脑 , - - - .

大脑，149-153。

[breɪn] , [juːz][ʌv; əv] , - .
Brain , use of , 18 .
脑 , 使用 的 , - .

大脑，使用，18。

['brændi] , - .
Brandy , 72 .
白兰地 , - .

布兰迪，72岁。

[bred] , - .
Bread , 23 .
面包 , - .

面包，23。

['briːðɪŋ] , - - - .
Breathing , 100 - 107 .
呼吸 , - - - .

呼吸，100-107。

['bɪldɪŋ] [fuːdz] , - , - .
Building foods , 22 , 23 .
建筑 食物 , - , - .

建筑食品，22，23。

[bɜːrn] [ænd; ənd][skɔːldz] , - .
Burns and scalds , 184 .
烧伤 和 烫伤 , - .

烧伤和烫伤，184。

['bʌtər] , - .
Butter , 41 .
黄油 , - .

黄油，41。

['kəpɪlərɪz] , - , - .
Capillaries , 119 , 120 .
毛细血管 , - , - .

毛细血管，119，120。

['kɑːrbən][daɪ'ɑːksaɪd] , - , - .
Carbon dioxide , 102 , 111 .
碳 二氧化硫 , - , - .

二氧化碳，102，111。

['sɛlz] , - .
Cells , 20 .
细胞 , - .

细胞，20。

['sɪrɪəls] , - .
Cereals , 33 .
谷物 , - .

谷物，33。

Cer´e [brʌm] , - , - .
Cer´e brum , 150 , 151 .
Cer´e 布鲁姆 , - , - .

Cer´e brum，150，151。

[tʃest] , - .
Chest , 15 .
胸部 , - .

胸部，15。

['tʃuːɪŋ] [ænd; ənd] [helθ] , - - - .
Chewing and health , 49 - 50 .
咀嚼 和 健康 , - - - .

咀嚼与健康，49-50。

['tʃoʊkɪŋ] , - .
Choking , 187 .
窒息 , - .

窒息，187。

['kɑːlərə] , - .
Cholera , 175 .
霍乱 , - .

霍乱，175。

['saɪdər] , - .
Cider , 40 .
苹果酒 , - .

苹果酒，40。

[sɪgə'rets] , - , - .
Cigarettes , 82 , 162 .
香烟 , - , - .

香烟，82，162。

['klenlinəs] , - , - .
Cleanliness , 44 , 91 .
清洁 , - , - .

清洁度，44，91。

['kloʊðɪŋ] , - - - .
Clothing , 94 - 99 .
衣服 , - - - .

服装，94-99。

Co´ca [ɪn] , - .
Co´ca ine , 162 .
Co´ca 线 , - .

可卡因，162。

['kɔːfi] , - , - , - .
Coffee , 82 , 83 , 164 .
咖啡 , - , - , - .

咖啡，82，83，164。

['koʊldz] , - .
Colds , 180 .
感冒 , - .

感冒，180。

[kən'sʌmpʃ(ə)n] , - , - - - .
Consumption , 109 , 180 - 181 .
消耗 , - , - - - .

消费，109，180-181。

['kʊkɪŋ] [ʌv; əv] [egz] , - .
Cooking of eggs , 34 .
烹饪 的 鸡蛋 , - .

煮鸡蛋，34。

[ʌv; əv] [miːt] , - , - .
of meat , 30 , 31 .
的 肉 , - , - .

肉类，30，31。

[kɔːrnz] , - .
Corns , 98 .
玉米 , - .

科恩斯，98。

['kɑːt(ə)n] , - .
Cotton , 96 .
棉布 , - .

棉花，96。

[kriːm] , - .
Cream , 41 .
奶油 , - .

奶油，41。

['defnəs] , - .
Deafness , 171 .
耳聋 , - .

耳聋，171。

['daɪəfræm] (di´a [fræm]) , - , - .
Diaphragm (di´a fram) , 16 , 104 .
隔膜 (di´a 框架) , - , - .

隔膜 (di´a fram), 16, 104。

[daɪ'dʒestʃən] , ['ɔrgənz] [ʌv; əv] , - - - .
Digestion , organs of , 47 - 52 .
消化 , 器官 的 , - - - .

消化器官，47-52。

[dɪfˈθɪriəˌdɪpˈθɪriə] , - , - .
Diphtheria , 175 , 178 .
白喉 , - , - .

白喉，175，178。

[dɪˈziːz] , [kɔːz] [ʌv; əv] , - - - .
Disease , cause of , 25 - 27 .
疾病 , 原因 的 , - - - .

疾病，病因，25-27。

[frʌm; frəm][ˈælkəhɔːl] , - , - .
from alcohol , 76 , 77 .
从 酒精 , - , - .

来自酒精，76，77。

[frʌm; frəm][bæd] [er] , - .
from bad air , 114 .
从 坏的 空气 , - .

空气污浊，114。

[frʌm; frəm] [ˈdrɪŋkɪŋ] [kʌp] , - , - .
from drinking cup , 108 , 177 .
从 喝 杯子 , - , - .

来自饮水杯，108，177。

[frʌm; frəm] [dʌst] , - , - .
from dust , 108 , 109 .
从 灰尘 , - , - .

从灰尘中，108，109。

[ʌv; əv] [aɪz] , - .
of eyes , 169 .
的 眼睛 , - .

眼睛，169。

[frʌm; frəm] [flaɪz] , - .
from flies , 108 .
从 苍蝇 , - .

来自苍蝇，108。

[frʌm; frəm] [ˈɪnsekts] , - - - .
from insects , 127 - 134 .
从 昆虫 , - - - .

来自昆虫，127-134。

[frʌm; frəm] [mɪlk] , - - - , - .
from milk , 43 - 46 , 178 .
从 牛奶 , - - - , - .

来自牛奶，43-46，178。

[prɪˈvenʃn] [ʌv; əv] , - - - .
prevention of , 174 - 182 .
预防 的 , - - - .

预防，174-182。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 190]
[页 -]

[第190页]

[dɪˈziːz] , [frʌm; frəm] [spɪt] , - , - , - , - .
Disease , from spit , 107 , 108 , 178 , 179 .
疾病 , 从 吐 , - , - , - , - .

疾病，来自唾液，107、108、178、179。

['vɪktəri] ['oʊvər] , - .
victory over , 12 .
胜利 超过 , - .

胜利结束，12。

[dɪs] [tɪl] la´tion , - .
Dis til la´tion , 73 .
迪斯 直到 la´tion , - .

Dis til la´tion，73。

['drɪŋkɪŋ] [kʌp] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - , - .
Drinking cup and disease , 108 , 177 .
喝 杯子 和 疾病 , - , - .

饮水杯与疾病，108，177。

['draʊnɪŋ] , - .
Drowning , 187 .
溺水 , - .

溺水，187。

['drʌŋkədz] , [kɔːz] [ʌv; əv] , - .
Drunkards , cause of , 14 .
醉汉 , 原因 的 , - .

醉汉，原因，14。

[dʌst] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - , - , - .
Dust and disease , 37 , 108 , 109 .
灰尘 和 疾病 , - , - , - .

尘埃与疾病，37、108、109。

[dɪs] pep´si [ə; eɪ] , - .
Dys pep´si a , 50 .
dys pep´si 一个 , - .

Dys pepsísi a，50。

[ɪr] , - - - .
Ear , 169 - 171 .
耳朵 , - - - .

耳朵，169-171。

[egz] , - , - , - .
Eggs , 23 , 33 , 34 .
鸡蛋 , - , - , - .

鸡蛋，23，33，34。

[ˌepɪ'dɜːrmɪs] , - , - .
Epidermis , 85 , 86 .
表皮 , - , - .

表皮，85，86。

['eksərsaɪz] , - - - .
Exercise , 144 - 146 .
锻炼 , - - - .

练习，144-146。

[aɪ] , - - - .
Eye , 165 - 168 .
眼睛 , - - - .

眼睛，165-168。

['feɪntɪŋ] , - .
Fainting , 185 .
昏厥 , - .

昏厥，185。

[fæt] , - .
Fat , 24 .
胖的 , - .

胖，24岁。

[fæts] , - , - .
Fats , 22 , 23 .
脂肪 , - , - .

脂肪，22，23。

['fiːdɪŋ] [ʌv; əv]['bɑːdi] , - .
Feeding of body , 21 .
喂养 的 身体 , - .

身体的营养，21。

['fiːlɪŋ] , - .
Feeling , 172 .
感觉 , - .

感觉，172。

[fiːt] , [ker] [ʌv; əv] , - .
Feet , care of , 98 .
脚 , 关心 的 , - .

足部护理，98。

[fɪʃ] [æz; əz] [fuːd] , - .
Fish as food , 30 .
鱼 作为 食物 , - .

鱼作为食物，30。

[fliːz] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - .
Fleas and disease , 134 .
跳蚤 和 疾病 , - .

跳蚤和疾病，134。

[flaɪz] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - - - , - , - - - , - , - .
Flies and disease , 45 - 46 , 108 , 132 - 134 , 176 , 178 .
苍蝇 和 疾病 , - - - , - , - - - , - , - .

苍蝇与疾病，45-46、108、132-134、176、178。

[fuːd] , [ə'maʊnt] ['niːdɪd] , - .
Food , amount needed , 27 .
食物 , 数量 需要 , - .

食物，所需数量，27。

[ænd; ənd] [helθ] , - - - .
and health , 30 - 35 .
和 健康 , - - - .

健康状况，30-35岁。

[daɪ'dʒestʃən][ʌv; əv] , - - - .
digestion of , 47 - 55 .
消化 的 , - - - .

消化，47-55。

['entrəns] [tuː; tə] [blʌd] , - , - .
entrance to blood , 52 , 54 .
入口 到 血 , - , - .

进入血液，52，54。

[fuːdz] , - .
Foods , 22 .
食物 , - .

食品，22。

['freklz] , - .
Freckles , 87 .
雀斑 , - .

雀斑，87岁。

['frɔːstbaɪt] , - .
Frostbite , 186 .
冻疮 , - .

冻伤，186。

[fruːts] , - , - .
Fruits , 33 , 34 .
水果 , - , - .

水果，33，34。

['fjuːəl] [fuːdz] , - , - .
Fuel foods , 23 , 24 .
燃料 食物 , - , - .

燃料食品，23，24。

['gæstrɪk][dʒuːs] , - .
Gastric juice , 51 .
胃 汁 , - .

胃液，51。

[dʒəːmz] , - - - .
Germs , 36 - 40 .
细菌 , - - - .

细菌，36-40。

[ʌv; əv] [dɪ'ziːz] , - , - .
of disease , 175 , 176 .
的 疾病 , - , - .

疾病，175，176。

[ʌv; əv] [mɪlk] , - .
of milk , 43 .
的 牛奶 , - .

牛奶，43。

[ʌv; əv] [spɪt] , - .
of spit , 107 .
的 吐 , - .

唾液，107。

[glændz] , - - - .
Glands , 47 - 49 .
腺体 , - - - .

腺体，47-49。

[groʊθ] [ʌv; əv]['bɑːdi] , - .
Growth of body , 20 .
生长 的 身体 , - .

身体生长，20。

['gʌlɪt] , - , - .
Gullet , 16 , 53 .
食道 , - , - .

食道，16，53。

['hæbɪt] , - , - .
Habit , 133 , 154 .
习惯 , - , - .

习惯，133，154。

['hæbɪts] , - .
Habits , 14 .
习惯 , - .

习惯，14。

[her] , - - - .
Hair , 88 - 90 .
头发 , - - - .

头发，88-90。

['hedeɪk] , - .
Headache , 55 .
头痛 , - .

头痛，55。

['hɪrɪŋ] , - .
Hearing , 170 .
听力 , - .

听证会，170。

[hɑːrt] , - , - , - , - .
Heart , 16 , 100 , 118 , 122 .
心 , - , - , - , - .

心脏，16，100，118，122。

['hʊkwɜːrm] [dɪ'ziːz] , - , - .
Hookworm disease , 181 , 182 .
钩虫 疾病 , - , - .

钩虫病，181，182。

['hʊkwɜːrm] , - .
Hookworms , 175 .
钩虫 , - .

钩虫，175。

Hy´gi ['iːniː] , - .
Hy´gi ene , 10 .
Hy´gi 恩 , - .

Hy´gi ene，10。

['ɪnsekts] [ænd; ənd] [helθ] , - - - .
Insects and health , 129 - 134 .
昆虫 和 健康 , - - - .

昆虫与健康，129-134。

[ɪn'testɪn] , - .
Intestine , 16 .
肠 , - .

肠，16。

[ɪn'testɪnz] , - , - , - .
Intestines , 47 , 52 , 53 .
肠子 , - , - , - .

肠，47，52，53。

[dʒɔɪnts] , - , - .
Joints , 139 , 140 .
关节 , - , - .

关节，139，140。

['kɪdni] , - .
Kidney , 16 .
肾 , - .

肾脏，16。

[ˈkidniz] , - , - .
Kidneys , 17 , 92 .
肾脏 , - , - .

肾脏，17，92。

[ˈlærɪŋks] (lar´inks) , - .
Larynx (lar´inks) , 102 .
喉 (lar´inks) , - .

喉（laryx），102。

[ˈleprəsi] , - .
Leprosy , 134 .
麻风 , - .

麻风病，134。

[laɪf] , [leŋkθ; leŋθ][ʌv; əv] , [naɪn] .
Life , length of , 9 .
生活 , 长度 的 , 9 .

寿命，长度，9。

[ˈlɪgəmənts] , - , - , - .
Ligaments , 135 , 139 , 140 .
韧带 , - , - , - .

韧带，135，139，140。

[ˈlɪnɪn] , - .
Linen , 95 .
亚麻布 , - .

亚麻布，95。

[ˈlɪvər] , - , - , - , - , - .
Liver , 16 , 53 , 54 , 55 , 100 .
肝 , - , - , - , - , - .

肝脏，16，53，54，55，100。

[lʌŋ] , - .
Lung , 16 .
肺 , - .

肺，16。

[lʌŋz] , - - - .
Lungs , 100 - 101 .
肺 , - - - .

肺，100-101。

[məˈleriə] , - .
Malaria , 175 .
疟疾 , - .

疟疾，175。

[ˈmiːz(ə)lz] , - .
Measles , 175 .
麻疹 , - .

麻疹，175。

[miːt] , - .
Meat , 23 .
肉 , - .

肉类，23。

[ˈkʊkɪŋ] [ʌv; əv] , - .
cooking of , 30 .
烹饪 的 , - .

烹饪，30。

['spɔɪlɪŋ] [ʌv; əv] , - , - .
spoiling of , 38 , 39 .
破坏 的 , - , - .

变质，38，39。

[miːts] , - .
Meats , 30 .
肉类 , - .

肉类，30。

Mi´crobes , - , - .
Mi´crobes , 36 , 37 .
Mi´crobes , - , - .

Mi´crobes，36，37。

[mɪlk] , - , - , - - - .
Milk , 23 , 29 , 41 - 46 .
牛奶 , - , - , - - - .

牛奶，23，29，41-46。

[ænd; ənd]['skɑːrlət]['fiːvər] , - .
and scarlet fever , 176 .
和 猩红 发烧 , - .

猩红热，176。

[æz; əz][ə; eɪ] [fuːd] , - .
as a food , 31 .
作为 一个 食物 , - .

作为食物，31。

['sauərɪŋ][ʌv; əv] , - .
souring of , 39 .
酸 的 , - .

变酸，39。

['mɪnərəl] [fuːdz] , - .
Mineral foods , 24 .
矿物 食物 , - .

矿物质食品，24。

[moʊld] , - , - .
Mold , 37 , 38 .
模具 , - , - .

模具，37，38。

['mɔːrfiːn] , - , - , - , - .
Morphine , 83 , 84 , 162 , 163 .
吗啡 , - , - , - , - .

吗啡，83，84，162，163。

[mə'skiːtoʊz] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - - - .
Mosquitoes and disease , 127 - 132 .
蚊子 和 疾病 , - - - .

蚊子与疾病，127-132。

[maʊθ] , - - - .
Mouth , 60 - 67 .
嘴 , - - - .

口，60-67。

['mʌslz] , - - - .
Muscles , 140 - 143 .
肌肉 , - - - .

肌肉，140-143。

['mʌslz] [ænd; ənd] [helθ] , - - - .
Muscles and health , 144 - 148 .
肌肉 和 健康 , - - - .

肌肉与健康，144-148。

[neɪlz] , - , - .
Nails , 87 , 88 .
指甲 , - , - .

指甲，87，88。

[nɑ:] cot´ics , - - - .
Nar cot´ics , 158 - 164 .
纳尔 cot´ics , - - - .

Nar cot´ics，158-164。

[nə:vs] , - , - , - , - .
Nerves , 19 , 149 , 151 , 152 .
神经 , - , - , - , - .

神经，19，149，151，152。

[noʊz] , - - - , - .
Nose , 104 - 106 , 171 .
鼻子 , - - - , - .

鼻子，104-106，171。

[noʊz] [bli:d] , - .
Nose bleed , 181 .
鼻子 流血 , - .

流鼻血，181。

['oʊpiəm] , - , - , - , - .
Opium , 83 , 84 , 162 , 163 .
鸦片 , - , - , - , - .

鸦片，83、84、162、163。

['ɔ:rgən] , - .
Organ , 18 .
器官 , - .

管风琴，18。

['ɔrgənz] [ʌv; əv]['bɑ:di] , - .
Organs of body , 16 .
器官 的 身体 , - .

人体器官，16.

['ɑ:ksɪdʒən] , - .
Oxygen , 22 .
氧 , - .

氧气，22。

['ɔɪstər] [æz; əz][ə; eɪ] [fu:d] , - .
Oysters as a food , 30 .
牡蛎 作为 一个 食物 , - .

牡蛎作为一种食物，30。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]
[Pg 191]
[页 -]

[第191页]

['peɪnˌkɪlərz] , - .
Painkillers , 163 .
止痛药 , - .

止痛药，163。

Pan´cre [æz; əz] , - , - , - , - .
Pan´cre as , 16 , 48 , 52 , 53 .
Pan´cre 作为 , - , - , - , - .

Pan´cre as，16，48，52，53。

[pɑː] ral´y [sɪs] , - .
Pa ral´y sis , 155 .
宾夕法尼亚州 ral´y 妹妹 , - .

帕拉利西斯，155。

['pæt(ə)nt] ['medsnz] , - .
Patent medicines , 84 .
专利 药物 , - .

专利药品，84。

['færɪŋks] (far´inks) , - .
Pharynx (far´inks) , 47 .
咽 (far´inks) , - .

咽（far´inks），47。

[pleɪg] , - , - .
Plague , 134 , 175 .
瘟疫 , - , - .

瘟疫，134，175。

['pɔɪzənɪŋ] , - .
Poisoning , 188 .
中毒 , - .

中毒，188。

Pro´te ['aɪ'diːz, 'ɪdz] , - .
Pro´te ids , 22 .
Pro´te ids , - .

Pro´te ids，22。

[pʌs] , - .
Pus , 123 .
脓 , - .

脓液，123。

['reɪdiəs] , - .
Radius , 137 .
半径 , - .

半径，137。

[rɪbz] , - .
Ribs , 137 .
肋骨 , - .

肋排，137。

[rʌm] , - .
Rum , 73 .
朗姆酒 , - .

朗姆酒，73。

['sɑː] li´va , - , - .
Sa li´va , 48 , 49 .
萨 li´va , - , - .

Sa li´va，48，49。

[sɔːlt] , - .
Salt , 34 .
盐 , - .

盐，34。

['skɑːrlət] ['fiːvər] , - , - , - .
Scarlet fever , 175 , 176 , 178 .
猩红 发烧 , - , - , - .

猩红热，175、176、178。

[sens] ['ɔrgənz] , - - - .
Sense organs , 165 - 173 .
感觉 器官 , - - - .

感觉器官，165-173。

[ʃuːz] , - .
Shoes , 98 .
鞋 , - .

鞋子，98。

[sɪk] , ['nʌmbər] [ʌv; əv] , [naɪn] .
Sick , number of , 9 .
生病的 , 数字 的 , 9 .

生病，人数，9。

['sɪknəs] , [haʊ] [kɔːzd] , - .
Sickness , how caused , 11 .
疾病 , 如何 导致 , - .

疾病的成因，11.

[prɪ'venʃn] [ʌv; əv] , - - - .
prevention of , 174 - 182 .
预防 的 , - - - .

预防，174-182。

[sɪlk] , - .
Silk , 95 .
丝绸 , - .

丝绸，95。

[skɪn] , - - - .
Skin , 85 - 93 .
皮肤 , - - - .

皮肤，85-93。

['sensɪz] [ʌv; əv] , - .
senses of , 172 .
感官 的 , - .

含义，172。

[skʌl] , - .
Skull , 136 .
颅骨 , - .

头骨，136。

[sliːp] , - , - .
Sleep , 156 , 157 .
睡觉 , - , - .

睡眠，156，157。

[ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - , - .
and disease , 113 , 114 .
和 疾病 , - , - .

以及疾病，113，114。

['sliːpɪŋ] ['sɪknəs] , - .
Sleeping sickness , 134 .
睡眠 疾病 , - .

昏睡病，134。

[slɑːps] , [ker] [ʌv; əv] , - .
Slops , care of , 175 .
污水 , 关心 的 , - .

残渣，由.....负责，175。

['smɔːlpɑːks] , - , - - - .
Smallpox , 12 , 178 - 180 .
天花 , - , - - - .

天花，12，178-180。

[smel] , - .
Smell , 171 .
闻 , - .

气味，171。

['smoʊkɪŋ] , - .
Smoking , 57 .
吸烟 , - .

吸烟，57。

['sneɪkbaɪt] , - , - .
Snakebites , 186 , 187 .
蛇咬伤 , - , - .

蛇咬伤，186，187。

[sɔːr] [θroʊt] , - .
Sore throat , 175 .
疮 喉 , - .

咽喉痛，175。

[suːps] , - .
Soups , 31 .
汤 , - .

汤类，31.

['spaɪn(ə)l][kɔːrd] , - , - , - , - , - .
Spinal cord , 16 , 19 , 151 , 154 , 155 .
脊 绳索 , - , - , - , - , - .

脊髓，16、19、151、154、155。

[spɪt] , [ker] [ʌv; əv] , - , - .
Spit , care of , 175 , 178 .
吐 , 关心 的 , - , - .

吐痰，照管，175，178。

['spɪtɪŋ] [ænd; ənd] [helθ] , - , - .
Spitting and health , 107 , 108 .
吐痰 和 健康 , - , - .

吐痰与健康，107，108。

[spliːn] , - .
Spleen , 54 .
脾 , - .

脾脏，54。

[stɑːrtʃ] , - , - .
Starch , 23 , 24 .
淀粉 , - , - .

淀粉，23，24。

['stimjulənts] , - , - .
Stimulants , 158 , 164 .
兴奋剂 , - , - .

兴奋剂，158，164。

['stʌmək] , - , - , - - - , - .
Stomach , 16 , 47 , 50 - 53 , 100 .
胃 , - , - , - - - , - .

胃，16，47，50-53，100。

['ʃʊgɜz] , - , - .
Sugars , 22 , 23 .
糖 , - , - .

糖类，22，23。

['sʌnstroʊk] , - .
Sunstroke , 185 .
中暑 , - .

中暑，185。

['swiːpɪŋ] [ænd; ənd] [helθ] , - .
Sweeping and health , 37 .
扫荡 和 健康 , - .

清洁与健康，37。

['swiːtbred] , - .
Sweetbread , 48 .
甜面包 , - .

甜面包，48。

['swɪmɪŋ] , - , - , - .
Swimming , 145 , 146 , 187 .
游泳 , - , - , - .

游泳，145，146，187。

['sɪm] [pɑː] thet´ic [nəːvs] , - .
Sym pa thet´ic nerves , 155 .
符号 帕 thet´ic 神经 , - .

Sym pa thet´ic 神经，155。

[teɪst] , - , - .
Taste , 171 , 172 .
品尝 , - , - .

味道，171，172。

[tiː] , - , - , - .
Tea , 82 , 83 , 164 .
茶 , - , - , - .

茶，82，83，164。

[tiːθ] , - - - .
Teeth , 60 - 67 .
牙齿 , - - - .

牙齿，60-67。

[θaɪ] , - .
Thigh , 15 .
大腿 , - .

大腿，15。

['tɪʃuː] , - .
Tissue , 18 .
组织 , - .

组织，18。

[tə'bækoʊ] , - .
Tobacco , 20 .
烟草 , - .

烟草，20。

[ænd; ənd] [er] , - .
and air , 116 .
和 空气 , - .

空气，116。

[ænd; ənd] [blʌd] , - .
and blood , 125 .
和 血 , - .

血液，125。

[ænd; ənd] [breɪn] , - .
and brain , 162 .
和 脑 , - .

以及大脑，162。

[ænd; ənd][daɪˈdʒestʃən] , - , - .
and digestion , 56 , 57 .
和 消化 , - , - .

以及消化，56，57。

[æz; əz] [fuːd] , - , - .
as food , 34 , 35 .
作为 食物 , - , - .

作为食物，34，35。

[ænd; ənd] [helθ] , - - - .
and health , 78 - 82 .
和 健康 , - - - .

以及健康，78-82。

[ænd; ənd] [hɑːrt] , - .
and heart , 126 .
和 心 , - .

心脏，126。

[ænd; ənd] [lʌŋz] , - .
and lungs , 110 .
和 肺 , - .

肺，110。

[ænd; ənd] ['mʌslz] , - .
and muscles , 148 .
和 肌肉 , - .

肌肉，148。

[ænd; ənd] ['sensɪz] , - , - .
and senses , 172 , 173 .
和 感官 , - , - .

以及感官，172，173。

['tɑːnsl] , - , - .
Tonsil , 105 , 106 .
扁桃体 , - , - .

扁桃体，105，106。

['tuːθeɪk] , - , - .
Toothache , 62 , 63 .
牙疼 , - , - .

牙痛，62，63。

[tuːˌbɜːrkjəˈloʊsɪs] , - , - , - .
Tuberculosis , 107 , 108 , 175 .
结核 , - , - , - .

结核病，107、108、175。

[ænd; ənd][bæd] [er] , - , - .
and bad air , 114 , 115 .
和 坏的 空气 , - , - .

以及污浊的空气，114，115。

[kɔːz] [ʌv; əv] , - , - .
cause of , 178 , 180 .
原因 的 , - , - .

原因，178，180。

[prɪˈvenʃn] [ʌv; əv] , - - - , - - - , - - - .
prevention of , 107 - 109 , 111 - 116 , 180 - 181 .
预防 的 , - - - , - - - , - - - .

预防，107-109，111-116，180-181。

[trʌŋk] , - .
Trunk , 15 .
树干 , - .

树干，15。

[ˈtaɪfɔɪd] [ˈfiːvər] , - .
Typhoid fever , 175 .
伤寒 发烧 , - .

伤寒，175。

[haʊ] [kɔːzd] , - - - , - , - .
how caused , 25 - 27 , 28 , 134 .
如何 导致 , - - - , - , - .

原因，25-27，28，134。

[ˌvæksɪˈneɪʃ(ə)n] , - , - .
Vaccination , 179 , 180 .
疫苗接种 , - , - .

疫苗接种，179，180。

[ˈvedʒtəb(ə)lz] [æz; əz] [fuːd] , - , - .
Vegetables as food , 32 , 33 .
蔬菜 作为 食物 , - , - .

蔬菜作为食物，32，33。

[veɪnz] , - , - .
Veins , 28 , 121 .
静脉 , - , - .

静脉，28，121。

[ˌventɪˈleɪʃ(ə)n] , - - - .
Ventilation , 111 - 115 .
通风 , - - - .

通风，111-115。

[ˈvɪlaɪ; ˈvɪliː] , - .
Villi , 54 .
绒毛 , - .

维利，54岁。

[ˈvoʊk(ə)l][kɔːrdz] , - , - .
Vocal cords , 105 , 106 .
声乐 绳索 , - , - .

声带，105，106。

[vɔɪs] , - , - .
Voice , 106 , 107 .
嗓音 , - , - .

语音，106，107。

[vɔɪs] [bɑːks] , - .
Voice box , 102 .
嗓音 盒子 , - .

语音盒，102。

[wɔːr] , ['dɛθs] [frʌm; frəm] , - .
War , deaths from , 11 .
战争 , 死亡人数 从 , - .

战争，死亡人数，11。

[weɪst] , ['gɪvɪŋ] [aʊt] [ʌv; əv] , - .
Waste , giving out of , 17 .
浪费 , 给予 出去 的 , - .

浪费，散发，17。

['wɔːtər] , [juːz] [ʌv; əv] , - , - .
Water , use of , 24 , 92 .
水 , 使用 的 , - , - .

水，使用，24，92。

['wɔːtər] [ænd; ənd] [helθ] , - - - , - .
Water and health , 25 - 27 , 28 .
水 和 健康 , - - - , - .

水与健康，25-27，28。

['wɔːtər] [ɪn] [fuːd] , - .
Water in food , 25 .
水 在 食物 , - .

食物中的水分，25。

['wɪski] , - , - .
Whisky , 72 , 73 .
威士忌酒 , - , - .

威士忌，72，73。

['wuːpɪŋ; 'wʊpɪŋ] [kɔːf] , - .
Whooping cough , 175 .
欢呼 咳嗽 , - .

百日咳，175。

['wɪglər] , - - - .
Wigglers , 130 - 131 .
蠕虫 , - - - .

蠕动者，130-131。

['wɪndpaɪp] , - , - , - .
Windpipe , 16 , 102 , 103 .
气管 , - , - , - .

气管，16，102，103。

[waɪn] , - , - .
Wine , 27 , 28 .
葡萄酒 , - , - .

葡萄酒，27，28。

[ænd; ənd] [daɪ'dʒestʃən] , - .
and digestion , 58 .
和 消化 , - .

以及消化，58。

['meɪkɪŋ] [ʌv; əv] , - - - .
making of , 70 - 71 .
制作 的 , - - - .

制作过程，70-71。

['wuːndz] , - .
Wounds , 186 .
伤口 , - .

伤口，186。

['jiːst] , - , - , - .
Yeast , 39 , 40 , 69 .
酵母 , - , - , - .

酵母，39，40，69。

['jeloʊ] ['fiːvər] , - , - , - , - .
Yellow fever , 12 , 13 , 129 , 130 .
黄色的 发烧 , - , - , - , - .

黄热病，12、13、129、130。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 192]
[页 -]

[第192页]

['bɔːldwɪn] [ænd; ənd] ['bɛndɚz]
BALDWIN AND BENDER'S
鲍德温 和 弯管

鲍德温和本德的

['riːdɚz]
READERS
读者

读者

['riːdɪŋ] [wɪð; wɪθ] [ɪk'spreʃ(ə)n]
Reading with Expression
阅读 和 表达

朗读时富有表现力

[baɪ][dʒeɪmz] ['bɔːldwɪn] , ['ɔːθər] [ʌv; əv] ['bɔldwənz] [skuːl] ['riːdɚz] , ['hɑːrpɚz] ['riːdɚz] ,
By JAMES BALDWIN , Author of Baldwin's School Readers , Harper's Readers ,
经过 詹姆斯 鲍德温 , 作者 的 鲍德温的 学校 读者 , 哈珀斯 读者 ,
[ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . [ænd; ənd] ['aɪdə] [siː] . ['bendər] ,
etc . and IDA C . BENDER ,
ETC . 和 国际发展协会 C . 弯 ,

作者：詹姆斯·鲍德温（著有《鲍德温学校读本》、《哈珀读本》等）和艾达·C·本德

['suːpərvaɪzər][ʌv; əv]['praɪmeri] [greɪdz] , ['bʌfəloʊ] , [nuː] [jɔːk] .
Supervisor of Primary Grades , Buffalo , New York .
导师 的 基本的 成绩 , 水牛 , 新的 约克 .

纽约州布法罗市小学部主管。

[æn; ən] [eɪt] [bʊk] ['sɪriːz] [ɔːr][ə; eɪ] [faɪv] [bʊk] ['sɪriːz]
AN EIGHT BOOK SERIES or A FIVE BOOK SERIES
一个 八 书 系列 或者 一个 五 书 系列

八册系列小说还是五册系列小说

[ðə; ði] ['ɔːθərʃɪp] [ʌv; əv] [ðɪs] ['sɪriːz] [ɪz] [kən'kluːsɪv] ['evɪdəns] [ʌv; əv][ɪts] [rer] [wɜːrθ] ,
The authorship of this series is conclusive evidence of its rare worth ,
这 作者身份 的 这 系列 是 确凿 证据 的 它是稀有的 值得 ,

该系列作品的作者身份是其珍贵价值的确凿证据。

[ʌv; əv][ɪts] ['hæpi] ['juːniən][ʌv; əv][ðə; ði][aɪ'diːəl][ænd; ənd][ðə; ði]['præktɪk(ə)l] .
of its happy union of the ideal and the practical .
的 它是 快乐的 联盟 的 这 理想的 和 这 实际的 .

它完美地结合了理想与现实。

[ðə; ði] [tʃiːf] [dɪ'zaɪn] [ʌv; əv][ðə; ði] [bʊks] [ɪz][tuː; tə] [help] ['pjuːp(ə)lz][tuː; tə] [ə'kwaɪər] [ðə; ði][ɑːrt][ænd; ənd]

The	chief	design	of	the	books	is	to	help	pupils	to	acquire	the	art	and
这	首席	设计	的	这	图书	是	到	帮助	学生	到	获得	这	艺术	和

['hæbɪt][ʌv; əv] ['riːdɪŋ] [soʊ] [wel] [æz; əz][tuː; tə] [gɪv] ['pleʒər] [bəuθ][tuː; tə] [ðəm'selvz] [ænd; ənd][tuː; tə]

habit	of	reading	so	well	as	to	give	pleasure	both	to	themselves	and	to
习惯	的	阅读	所以	出色地	作为	到	给	乐趣	两个都	到	他们自己	和	到

[ðoʊz] [huː] ['lɪs(ə)n][tuː; tə][ðem; ðəm] .

those	who	listen	to	them	.
那些	WHO	听	到	他们	.

这些书籍的主要目的是帮助学生养成良好的阅读习惯，使他们自己和听他们阅读的人都能从中获得乐趣。

[ðeɪ] [tiːtʃ] ['riːdɪŋ] [wɪð; wɪθ] [ɪk'spreʃ(ə)n] , [ænd; ənd][ðə; ði] [si'lekʃənz] [hæv; həv] , [tuː; tə][ə; eɪ][lɑːrdʒ]

They	teach	reading	with	expression	,	and	the	selections	have	,	to	a	large
他们	教	阅读	和	表达	,	和	这	选择	有	,	到	一个	大的

[ɪk'stent] ,

extent	,
程度	,

他们教授朗读时注重表达，而且所选读物在很大程度上也做到了这一点。

[bɪn] ['tʃoʊzn] [fɔːr; fər] [ðɪs] ['pɜːrpəs] .

been	chosen	for	this	purpose	.
到过	选定	为了	这	目的	.

已被选中用于此目的。

¶ [ðiːz] ['riːdɚz] [ɑːr; ər] ['veri] ['tiːtʃəbl] [ænd; ənd] ['riːdəb(ə)l] ,

¶ These	readers	are	very	teachable	and	readable	,
¶ 这些	读者	是	非常	可教的	和	可读	,

这些读物非常易于教授和阅读，

[ænd; ənd][ɑːr; ər][ʌn'juːʒuəliˌʌn'juːʒəli] ['ɪntrəstɪŋ] [bəuθ][ɪn] [si'lekʃənz] [ænd; ənd][ɪn] [ˌilə'streiʃəns] .

and	are	unusually	interesting	both	in	selections	and	in	illustrations	.
和	是	异常地	有趣的	两个都	在	选择	和	在	插图	.

无论是选段还是插图，都异常引人入胜。

[ðə; ði] [si'lekʃənz] [ɑːr; ər][ʌv; əv][ə; eɪ] ['veri] [haɪ] ['lɪtərəri] ['kwɑːləti] .

The	selections	are	of	a	very	high	literary	quality	.
这	选择	是	的	一个	非常	高的	文学	质量	.

这些选篇具有很高的文学价值。

[bɪ'saɪdz] [ðə; ði] ['tʃɔɪsəst] ['skuːlbʊk] ['klæsɪks] ,

Besides	the	choicest	schoolbook	classics	,
除了	这	精选	教科书	经典	,

除了精选的经典教科书之外，

[ðer; ðər][ɑːr; ər][ə; eɪ][lɑːrdʒ] ['nʌmbər] [wɪtʃ] [hæv; həv] ['nevər] [bɪ'fɔːr] [ə'pɪrd] [ɪn] [skuːl] ['riːdɚz] .

there	are	a	large	number	which	have	never	before	appeared	in	school	readers	.
那里	是	一个	大的	数字	哪个	有	绝不	前	出现	在	学校	读者	.

其中有很多文章以前从未在学校读物中出现过。

[ðə; ði]['kɑːntents][ɑːr; ər] [wel] ['bæləns t] [bɪ'twiːn] [proʊz] [ænd; ənd]['poʊətri] , [ænd; ənd][ðə; ði]['sʌbdʒekt]

The	contents	are	well	balanced	between	prose	and	poetry	,	and	the	subject
这	内容	是	出色地	均衡	之间	散文	和	诗	,	和	这	主题

['mætər] [ɪz][ʌn'juːʒuəliˌʌn'juːʒəli] ['verid] .

matter	is	unusually	varied	.
事情	是	异常地	多种多样	.

内容在散文和诗歌之间取得了很好的平衡，主题也异常丰富多样。

[bɪ'gɪnɪŋ] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [θɜːrd] ['riːdər] ,

Beginning	with	the	Third	Reader	,
开始	和	这	第三	读者	,

从第三册读本开始，

[si'lekʃənz] [rɪ'leɪtɪŋ, ri:'leɪtɪŋ][tu:; tə]['sɪmələr]['sʌbdʒekts][ɔ:r] [ri'kwaiərɪŋ] ['sɪmələr] ['meθədz] [ʌv; əv] ['stʌdi] [ɔ:r]

selections	relating	to	similar	subjects	or	requiring	similar	methods	of	study	or
选择	相关	到	相似的	主题	或者	需要	相似的	方法	的	学习	或者

[ˌresɪ'teɪʃ(ə)n] , [ɑ:r; ər] [gru:pt] [tə'geðər] .

recitation	,	are	grouped	together	.
背诵	,	是	分组	一起	.

主题相似或需要类似学习或背诵方法的选段会归为一组。

['meni] [si'lekʃənz] [ɑ:r; ər][ɪn] ['daɪəlɔ:g] [fɔ:rm][ænd; ənd]['su:təb(ə)l][fɔ:r; fər] [ˌdræmətə'zeɪʃn] .

Many	selections	are	in	dialogue	form	and	suitable	for	dramatization	.
许多	选择	是	在	对话	形式	和	合适的	为了	戏剧化	.

许多选段都是对话形式，适合改编成戏剧。

¶ [ðə; ði][fɜ:rst] ['ri:dər] [meɪ] [bi:; bi] [ju:st] [wɪð; wɪθ] ['eni] ['meθəd] [ʌv; əv] ['ti:tʃɪŋ] ['ri:dɪŋ] ,

¶	The	First	Reader	may	be	used	with	any	method	of	teaching	reading	,
¶	这	第一的	读者	可能	是	用过的	和	任何	方法	的	教学	阅读	,

《第一本读本》可以与任何阅读教学方法配合使用。

[fɔ:r; fər][ˌaɪ 'ti:] [kəm'bainz] [ðə; ði] [best] [aɪ'di:əz][ʌv; əv] [i:tʃ] .

for	it	combines	the	best	ideas	of	each	.
为了	它	组合	这	最好的	想法	的	每个	.

因为它融合了两者的最佳理念。

[ə; eɪ] ['nʌmbər] [ʌv; əv]['helpf(ə)l] [nu:] [fitʃər] [ɑ:r; ər]['ɔ:lsoʊ] [ɪn'klu:dɪd] .

A	number	of	helpful	new	features	are	also	included	.
一个	数字	的	有帮助	新的	特征	是	还	包括	.

此外，还包含许多有用的新功能。

[i:tʃ] ['ri:dɪŋ] ['les(ə)n] [ɪz][ɑ:n][ə; eɪ] [raɪt] - [hænd][peɪdʒ] ,

Each	reading	lesson	is	on	a	right	-	hand	page	,
每个	阅读	课	是	在	一个	正确的	-	手	页	,

每节阅读课都在右侧页面上，

[ænd; ənd][ɪz] [ə'proʊtʃt] [baɪ][ə; eɪ] ['sɪri:z] [ʌv; əv] [prɪ'pærətɔ:ri] ['eksərsaɪzɪz][ɑ:n][ðə; ði] [prɪ'si:dɪŋ] [left] -

and	is	approached	by	a	series	of	preparatory	exercises	on	the	preceding	left	-
和	是	接近	经过	一个	系列	的	预备	练习	在	这	前	左边	-

[hænd][peɪdʒ] .

hand	page	.
手	页	.

并且需要通过前面左侧页面上的一系列预备练习来进行。

¶ [ðə; ði] [ˌilə'streiʃəns] ['kɑ:nstɪtu:t] [ðə; ði]['faɪnɪst][ænd; ənd][moʊst] [ə'træktɪv] [kə'lekʃ(ə)n] ['evər] [brɔ:t]

¶	The	illustrations	constitute	the	finest	and	most	attractive	collection	ever	brought
¶	这	插图	构成	这	最好的	和	最多	吸引人的	收藏	曾经	带来

[tə'geðər] [ɪn][ə; eɪ] ['sɪri:z] [ʌv; əv] ['ri:dɝz] .

together	in	a	series	of	readers	.
一起	在	一个	系列	的	读者	.

这些插图构成了有史以来在一系列读物中汇集的最精美、最吸引人的插图集。

[ðer; ðər][ɑ:r; ər]['oʊvər] - [ɪn][ɔ:l] ,

There	are	over	600	in	all	,
那里	是	超过	-	在	全部	,

总共有600多件。

['evri] [wʌn] [meɪd] [ɪ'speʃəli] [fɔ:r; fər] [ði:z] [bʊks] [baɪ][æn; ən]['ɑ:rtɪst][ʌv; əv]['næʃ(ə)nəl][ˌrepju'teɪʃ(ə)n] .

every	one	made	especially	for	these	books	by	an	artist	of	national	reputation	.
每一个	一	制成	尤其	为了	这些	图书	经过	一个	艺术家	的	国家的	名声	.

每幅插图都是由一位全国知名的艺术家专门为这些书籍创作的。

[ə'merɪkən] [bʊk] ['kʌmpəni]

AMERICAN	BOOK	COMPANY
美国人	书	公司

美国图书公司

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 193]
[页 -]

[第193页]

[hɪksɪz] ['tʃæmpiən]
HICKS'S CHAMPION
希克斯 冠军

希克斯冠军

['spelɪŋ] [bʊk]
SPELLING BOOK
拼写 书

拼写书

[baɪ] ['wɔrən] [iː] . [hɪks] , [ə'sɪstənt] [ˌsuːpərɪn'tendənt] [ʌv; əv]
By WARREN E . HICKS , Assistant Superintendent of
经过 沃伦 E . 希克斯 , 助手 校长 的

作者：沃伦·E·希克斯，助理主管

[skuːlz] , ['kliːvlənd] , [oʊ'haɪoʊ]
Schools , Cleveland , Ohio
学校 , 克利夫兰 , 俄亥俄州

俄亥俄州克利夫兰市学校

[kəm'pliːt] , $0 . - — [pɑːrt] [wʌn] , $0 . - — [pɑːrt] [tuː] , $0 . -
Complete , $0 . 25 — Part One , $0 . 18 — Part Two , $0 . 18
完全的 , $0 . - — 部分 一 , $0 . - — 部分 二 , $0 . -

全套，0.25美元——第一部分，0.18美元——第二部分，0.18美元

[ðɪs] [bʊk] [im'bɔdiz] [ðə; ði] ['meθəd] [ðæt] [ɪneɪbld] [ðə; ði] ['pjuːp(ə)lz] [ɪn] [ðə; ði] ['kliːvlənd] [skuːlz] ['æftər]
This book embodies the method that enabled the pupils in the Cleveland schools after
这 书 体现 这 方法 那 已启用 这 学生 在 这 克利夫兰 学校 后
[tuː] ['jɪrz] [tuː; tə] [wɪn] [ðə; ði] ['næʃ(ə)nəl] [ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] [əˌsəʊsi'eɪʃn; əˌsəʊʃi'eɪʃn] ['spelɪŋ] ['kɑːntest] [ʌv; əv] - .
two years to win the National Education Association Spelling Contest of 1908 .
二 年 到 赢 这 国家的 教育 协会 拼写 竞赛 的 - .

这本书体现了克利夫兰学校的学生经过两年学习后赢得 1908 年全国教育协会拼写比赛的方法。

¶ [baɪ] [ðɪs] ['meθəd] [ə; eɪ] ['spelɪŋ] ['les(ə)n] [ʌv; əv] [ten] [wɜːrdz] [ɪz] ['gɪv(ə)n] [iːtʃ] [deɪ] [frʌm; frəm] [ðə; ði]
¶ By this method a spelling lesson of ten words is given each day from the
¶ 经过 这 方法 一个 拼写 课 的 十 字 是 给定 每个 天 从 这
['spoʊkən] [və'kæbjəleri; voʊ'kæbjəleri] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['pjuːp(ə)l] .
spoken vocabulary of the pupil .
说 词汇 的 这 瞳孔 .

通过这种方法，每天可以从学生的口语词汇中学习十个单词的拼写。

[ʌv; əv] [ðiːz] [ten] [wɜːrdz] [tuː] [ɑːr; ər] [sə'lektɪd; sɪ'lektɪd] [fɔːr; fər] [ɪn'tensɪv] ['stʌdi] ,
Of these ten words two are selected for intensive study ,
的 这些 十 字 二 是 已选 为了 密集的 学习 ,

从这十个词语中，选取两个进行深入研究。

[ænd; ənd] [ɪn] [ðə; ði] ['spelɪŋ] [bʊk] [ɑːr; ər] [meɪd] ['prɑːmɪnənt] [ɪn] [bəuθ] [pə'zɪʃ(ə)n] [ænd; ənd] [taɪp] [æt; ət]
and in the spelling book are made prominent in both position and type at
和 在 这 拼写 书 是 制成 著名的 在 两个都 位置 和 类型 在
[ðə; ði] [hed] [ʌv; əv] [iːtʃ] ['deɪz] ['lesnz; 'lesənz] ,
the head of each day's lessons ,
这 头 的 每个 天 课程 ,

在拼写书中，这些单词在每天课程的开头都以醒目的位置和字体突出显示。

[ðiːz] [tuː] [wɜːrdz] ['biːɪŋ] ['fɑːloʊd] [baɪ] [ðə; ði] [rɪ'meɪnɪŋ] [eɪt] [wɜːrdz] [ɪn] ['smɔːlər] [taɪp] .
these two words being followed by the remaining eight words in smaller type .
这些 二 字 存在 随后 经过 这 其余的 八 字 在 较小的 类型 .

这两个字后面跟着其余八个字，字体较小。

[ˌsɪstə'mætɪk] [rɪ'vjuː] [ɪz] [prə'vaɪdɪd] [θruː'aʊt] [ðə; ði] [bʊk] .
Systematic review is provided throughout the book .
系统 审查 是 假如 自始至终 这 书 .

本书通篇提供了系统性的综述。

[iːtʃ] [ʌv; əv] [ðə; ði] [ten] ['prɑːmɪnənt] [wɜːrdz] [tɔːt] [ɪn'tensɪvli] [ɪn] [ə; eɪ] [wiːk] [ɪz] ['lɪstɪd] [æz; əz] [ə; eɪ]
Each of the ten prominent words taught intensively in a week is listed as a
每个 的 这 十 著名的 字 教授 密集地 在 一个 星期 是 列出 作为 一个
[sə'bɔːrdɪnət] [wɜːrd] [ɪn] [ðə; ði] [nekst] [tuː] [wiːks] ;
subordinate word in the next two weeks ;
下属 单词 在 这 下一个 二 周 ;

一周内重点教授的十个重要词汇，在接下来的两周内都会作为辅助词汇列出；

[ɪn'kluːdɪd] [ɪn] [ə; eɪ] ['rɪt(ə)n] ['spelɪŋ] ['kɑːntest] [æt; ət] [ðə; ði] [end] [ʌv; əv] [eɪt] [wiːks] ;
included in a written spelling contest at the end of eight weeks ;
包括 在 一个 书面 拼写 竞赛 在 这 结尾 的 八 周 ;

八周后将参加拼写比赛；

[ə'gen] [ɪn] [ðə; ði] ['ænjuəl] ['kɑːntest] [æt; ət] [ðə; ði] [end] [ʌv; əv] [ðə; ði] [jɪr] ;
again in the annual contest at the end of the year ;
再次 在 这 年度的 竞赛 在 这 结尾 的 这 年 ;

在年底的年度比赛中再次获胜；

[ænd; ənd] [ə'gen] [æz; əz] [ə; eɪ] [sə'bɔːrdɪnət] [wɜːrd] [ɪn] [ðə; ði] ['fɑːloʊɪŋ] ['jɪrz] [wɜːrk] ;
and again as a subordinate word in the following year's work ;
和 再次 作为 一个 下属 单词 在 这 下列的 年 工作 ;

并在次年的作品中再次作为从属词出现；

— [juːst] [faɪv] [taɪmz] [ɪn] [ɔːl] [wɪ'ðɪn] [tuː] ['jɪrz] .
— used five times in all within two years .
— 用过的 五 时代 在 全部 之内 二 年 .

—两年内共使用了五次。

¶ [ðə; ði] ['tʃæmpiən] ['spelɪŋ] [bʊk] [kən'sɪsts] [ʌv; əv] [ə; eɪ] ['sɪriːz] [ʌv; əv] ['lesnz; 'lesənz] [ə'reɪndʒd] [æz; əz]
¶ The Champion Spelling Book consists of a series of lessons arranged as
¶ 这 冠军 拼写 书 由 的 一个 系列 的 课程 安排 作为
[ə'bʌv] [fɔːr; fər] [sɪks] [skuːl] ['jɪrz] ,
above for six school years ,
多于 为了 六 学校 年 ,

《冠军拼写书》包含一系列课程，课程安排如上所述，适用于六个学年。

[frʌm; frəm] [ðə; ði] [θɜːrd] [tuː; tə] [ðə; ði] [eɪtθ] , [ɪn'kluːsɪv] .
from the third to the eighth , inclusive .
从 这 第三 到 这 第八 , 包容性 .

从第三天到第八天，包括第三天和第八天。

[ˌaɪ 'tiː] ['prez(ə)nts] [ə'baʊt] [wʌn] , - [wɜːrdz] [iːtʃ] [jɪr] ,
It presents about 1 , 200 words each year ,
它 礼物 关于 1 , - 字 每个 年 ,

它每年大约呈现1200个单词，

[ænd; ənd] ['tiːtʃɪz] - [ʌv; əv] [ðem; ðəm] [wɪð; wɪθ] [ɪ'speʃl] ['klɪrnəs] [ænd; ənd] [ɪn'tensəti] .
and teaches 312 of them with especial clearness and intensity .
和 教导 - 的 他们 和 特别的 清晰度 和 强度 .

并以特别清晰和饱满的热情教授了其中 312 个。

[ˌaɪ 'tiː] ['ɔːlsoʊ] [ɪn'kluːdz] [ə'keɪʒən(ə)l] [ˌsʌplɪ'mentri] ['eksərsaɪzɪz] [wɪtʃ] [sɜːrv] [æz; əz] [eɪdz] [ɪn] ['tiːtʃɪŋ]
It also includes occasional supplementary exercises which serve as aids in teaching
它 还 包括 偶然 补充 练习 哪个 服务 作为 艾滋病 在 教学
[saʊndz] , ['vaʊəlz] , ['hɔmənims] ,
sounds , vowels , homonyms ,
声音 , 元音 , 同音异义词 ,

它还包括一些辅助练习，这些练习有助于教授发音、元音、同音词等。

[ruːlz] [ʌv; əv] ['spelɪŋ] , [ə'briːvieɪtɪd] [fɔːrmz] , ['sʌfɪksiz] , ['priːfiksiz] , [ðə; ði][juːz][ʌv; əv] ['haifənz] , ['pluərəlz]
rules of spelling , abbreviated forms , suffixes , prefixes , the use of hyphens , plurals
规则 的 拼写 , 缩写 表格 , 后缀 , 前缀 , 这 使用 的 连字符 , 复数
, [dɪk'teɪʃ(ə)n] [wɜːrk] , [ænd; ənd] [wɜːrd] ['bɪldɪŋ] .
, dictation work , and word building .
, 听写 工作 , 和 单词 建筑 .

拼写规则、缩写形式、后缀、前缀、连字符的用法、复数、听写练习和构词法。

[ðə; ði][wɜːrdz][hæv; həv] [bɪn] [sə'lektɪd; sɪ'lektɪd][frʌm; frəm][lɪsts] , [sə'plaɪd] [baɪ] [greɪd] ['tiːtʃərz] [ʌv; əv]
The words have been selected from lists , supplied by grade teachers of
这 字 有 到过 已选 从 列表 , 供应 经过 年级 教师 的
['kliːvlənd] [skuːlz] ,
Cleveland schools ,
克利夫兰 学校 ,

这些词语选自克利夫兰各学校小学教师提供的词汇表。

[ʌv; əv][wɜːrdz] [ˌɔːrdn'erəli] [mɪs'speld] [baɪ][ðə; ði]['pjuːp(ə)lz][ʌv; əv][ðer; ðər] [rɪ'spektɪv] [greɪdz] .
of words ordinarily misspelled by the pupils of their respective grades .
的 字 按说 拼写错误 经过 这 学生 的 他们的 各自 成绩 .

指同年级学生通常会拼错的单词。

[ə'merɪkən] [bʊk] ['kʌmpəni]
AMERICAN BOOK COMPANY
美国人 书 公司

美国图书公司

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 194]
[页 -]

[第194页]

['spensər] - ['præktɪk(ə)l]
SPENCERS ' PRACTICAL
斯宾塞 - 实际的

斯宾塞实用

['raɪtɪŋ]
WRITING
写作

写作

[baɪ] ['plæt] [ɑːr] . ['spɛnsɚz] [sʌnz]
By PLATT R . SPENCER'S SONS
经过 普拉特 拉 . 斯宾塞的 儿子们

普拉特·R·斯宾塞之子

[bʊks] [wʌn] , [ˌtuː'tuː] , [θriː] , [fɔːr] , [faɪv] , [sɪks] , ['sɛvən] , [ænd; ənd][eɪt][pər]['dʌz(ə)n] , $0 . -
Books 1 , 2 , 3 , 4 , 5 , 6 , 7 , and 8 Per dozen , $0 . 60
图书 1 , 2 , 3 , 4 , 5 , 6 , 7 , 和 8 每 打 , $0 . -

第1、2、3、4、5、6、7和8册，每打0.60美元

['spensər] - ['præktɪk(ə)l] ['raɪtɪŋ] [hæz; həz] [bɪn] [dɪ'vaɪzd] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz][ʌv; əv][ðə; ði] [dɪ'stɪŋkt] [ænd; ənd]
SPENCERS ' PRACTICAL WRITING has been devised because of the distinct and
斯宾塞 - 实际的 写作 有 到过 设计 因为 的 这 清楚的 和
[waɪd] - [spred] [rɪ'ækʃ(ə)n] [frʌm; frəm][ðə; ði][juːz][ʌv; əv]['vɜːrtɪk(ə)l] ['raɪtɪŋ] [ɪn] [skuːlz] .
wide - spread reaction from the use of vertical writing in schools .
宽的 - 传播 反应 从 这 使用 的 垂直的 写作 在 学校 .

斯宾塞实用写作法的制定，是因为学校使用竖式写作方式引起了截然不同且广泛的反响。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['θɜːrəli] [ʌp] - [tuː; tə] - [deɪt] , [im'bɔdiŋ] [ɔːl][ðə; ði][æd'væntɪdʒɪz][ʌv; əv][ðə; ði][oʊld][ænd; ənd]

It	is	thoroughly	up	-	to	-	date	,	embodying	all	the	advantages	of	the	old	and
它	是	彻底	向上	-	到	-	日期	,	体现	全部	这	优势	的	这	老的	和

[ʌv; əv][ðə; ði] [nuː] .

of	the	new	.
的	这	新的	.

它完全符合最新标准，融合了旧技术和新技术的优点。

[iːtʃ] [wɜːrd][kæn; kən][biː; bi] ['rɪt(ə)n] [baɪ][wʌn] [kən'tɪnjuəs] ['muːvmənt] [ʌv; əv][ðə; ði][pen] .

Each	word	can	be	written	by	one	continuous	movement	of	the	pen	.
每个	单词	能	是	书面	经过	一	连续的	移动	的	这	笔	.

每个字都可以用笔一次性连续书写完成。

¶ [ðə; ði] [bʊks] [tiːtʃ] [ə; eɪ][pleɪn] , ['præktɪk(ə)l][hænd] , ['mɑːdərət] [ɪn][slænt] , [ænd; ənd] [friː] [frʌm; frəm]

¶	The	books	teach	a	plain	,	practical	hand	,	moderate	in	slant	,	and	free	from
¶	这	图书	教	一个	清楚的	,	实际的	手	,	缓和	在	倾斜	,	和	自由的	从

[ˌɔːrnə'ment(ə)l] ['kɜːvz] ,

ornamental	curves	,
装饰	曲线	,

这些书教授的是一种朴实实用、倾斜度适中、不带装饰性曲线的书写方式。

[ʃeɪdz] , [ænd; ənd] ['miːnɪŋləs] [laɪnz] .

shades	,	and	meaningless	lines	.
色调	,	和	无意义的	线条	.

阴影，以及毫无意义的线条。

[ðə; ði] [stem] ['letərz] [ɑːr; ər] [lɔːŋ] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][biː; bi] [klɪr] [ænd; ənd] [ˌʌnmɪ'steɪkəbl] .

The	stem	letters	are	long	enough	to	be	clear	and	unmistakable	.
这	干	信件	是	长的	足够的	到	是	清除	和	毋庸置疑	.

字母的茎部足够长，清晰易辨，不会出错。

[ðə; ði]['kæpɪtəlz][ɑːr; ər] [ə'baʊt] [tuː] ['speɪsɪz] [ɪn] [haɪt] .

The	capitals	are	about	two	spaces	in	height	.
这	首都	是	关于	二	空间	在	高度	.

大写字母的高度约为两个空格。

¶ [ðə; ði] ['kɑːpiz] [bɪ'gɪn] [wɪð; wɪθ][wɜːrdz][ænd; ənd] ['grædʒuəli] [dɪ'veləp] ['ɪntuː] ['sentənsɪz] .

¶	The	copies	begin	with	words	and	gradually	develop	into	sentences	.
¶	这	副本	开始	和	字	和	逐步地	发展	进入	句子	.

¶ 这些抄写内容从单词开始，逐渐发展成句子。

[ðə; ði] ['letərz] , [bəuθ][lɑːrdʒ][ænd; ənd] [smɔːl] , [ɑːr; ər] [tɔːt] [ˌsɪstə'mætɪkli] .

The	letters	,	both	large	and	small	,	are	taught	systematically	.
这	信件	,	两个都	大的	和	小的	,	是	教授	系统地	.

大小写字母都是系统地教授的。

[ɪn][ðə; ði][fɜːrst] [tuː] [bʊks] [ðə; ði] ['raɪtɪŋ] [ɪz] ['sʌmwʌt] ['lɑːrdʒər][ðæn; ðən][ɪz] ['kʌstəmeri] [bɪ'kəz, bɪ'kɔːz]

In	the	first	two	books	the	writing	is	somewhat	larger	than	is	customary	because
在	这	第一的	二	图书	这	写作	是	有些	更大的	比	是	习惯	因为

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [mɔːr] ['iːzəli] ['lɜːrnɪd] [baɪ] [jʌŋ] ['tʃɪldrən] .

it	is	more	easily	learned	by	young	children	.
它	是	更多的	容易地	学习	经过	年轻的	孩子们	.

前两本书中的字体比通常的字体要大一些，因为这样更容易让小孩子学习。

[ðiːz] [bʊks] ['ɔːlsoʊ] [kən'teɪn] ['meni] [ˌilə'streiʃəns] [ɪn] ['aʊtlaɪn] .

These	books	also	contain	many	illustrations	in	outline	.
这些	图书	还	包含	许多	插图	在	大纲	.

这些书中还包含许多轮廓插图。

[ðə; ði] ['ruːlɪŋ] [ɪz] ['veri] ['sɪmp(ə)l] .

The	ruling	is	very	simple	.
这	裁决	是	非常	简单的	.

判决非常简单。

¶ [ɪn'strʌkʃ(ə)n] [ɪz] [ə'fɔːd] ['ʃoʊɪŋ] [haʊ] [ðə; ði]['pjuːp(ə)l] [ʃʊd; ʃəd] [sɪt][æt; ət][ðə; ði] [desk] ,

¶	**Instruction**	**is**	**afforded**	**showing**	**how**	**the**	**pupil**	**should**	**sit**	**at**	**the**	**desk**	**,**
¶	操作说明	是	提供	显示	如何	这	瞳孔	应该	坐	在	这	桌子	,

¶ 提供指导，向学生展示如何在课桌前正确就座。

[ænd; ənd][hoʊld][ðə; ði][pen][ænd; ənd]['peɪpər] .

and	**hold**	**the**	**pen**	**and**	**paper**	**.**
和	抓住	这	笔	和	纸	.

拿起笔和纸。

[ə; eɪ] ['sɪriːz] [ʌv; əv] [drɪl] ['muːvmənt] ['eksərsaɪzɪz] , ['θɜːrti] - [θriː] [ɪn] ['nʌmbər] , [wɪð; wɪθ][də'rekʃ(ə)nz]

A	**series**	**of**	**drill**	**movement**	**exercises**	**,**	**thirty**	**-**	**three**	**in**	**number**	**,**	**with**	**directions**
一个	系列	的	钻头	移动	练习	,	三十	-	三	在	数字	,	和	方向

[fɔːr; fər][ðer; ðər][juːz] , [ə'kʌmpəniz] [iːtʃ] [bʊk] .

for	**their**	**use**	**,**	**accompanies**	**each**	**book**	**.**
为了	他们的	使用	,	伴随	每个	书	.

每本书都附有三十三个动作练习，并附有使用说明。

[spen'siəriən] ['præktɪk(ə)l] ['raɪtɪŋ] ['spelər]

SPENCERIAN	**PRACTICAL**	**WRITING**	**SPELLER**
斯宾塞式	实际的	写作	拼写者

斯宾塞式实用书写拼写

[pər]['dʌz(ə)n] , $0 . -

Per	**dozen**	**,**	**$0**	**.**	**48**
每	打	,	$0	.	-

每打0.48美元

[ðɪs] ['sɪmp(ə)l] , [ˌɪnɪk'spensɪv] [dɪ'vaɪs] [prə'vaidz] [ə'bʌndənt] [drɪl] [ɪn] ['raɪtɪŋ] [wɜːrdz] .

This	**simple**	**,**	**inexpensive**	**device**	**provides**	**abundant**	**drill**	**in**	**writing**	**words**	**.**
这	简单的	,	价格低廉	设备	提供	丰富	钻头	在	写作	字	.

这款简单、廉价的设备能提供大量的单词书写练习。

[æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [ˌaɪ 'tiː] [treɪnz] ['pjuːp(ə)lz][tuː; tə][fɔːrm][ðer; ðər] ['kɑːpiz] [ɪn] [ə'kɔːrdns] [wɪð; wɪθ]

At	**the**	**same**	**time**	**it**	**trains**	**pupils**	**to**	**form**	**their**	**copies**	**in**	**accordance**	**with**
在	这	相同的	时间	它	火车	学生	到	形式	他们的	副本	在	根据	和

[ðə; ði][moʊst]['mɑːdərn][ænd; ənd]['pɑːpjələr] ['sɪstəm] [ʌv; əv] ['penmənʃɪp] ,

the	**most**	**modern**	**and**	**popular**	**system**	**of**	**penmanship**	**,**
这	最多	现代的	和	受欢迎的	系统	的	书法	,

同时，它还训练学生按照最现代、最流行的书法体系来书写习作。

[ænd; ənd] [seɪvz] [mʌtʃ] ['væljuəb(ə)l] [taɪm] [fɔːr; fər][bəuθ] ['tiːtʃər] [ænd; ənd]['pjuːp(ə)l] .

and	**saves**	**much**	**valuable**	**time**	**for**	**both**	**teacher**	**and**	**pupil**	**.**
和	保存	很多	有价值的	时间	为了	两个都	老师	和	瞳孔	.

这样可以为老师和学生节省很多宝贵时间。

[ə'merɪkən] [bʊk] ['kʌmpəni]

AMERICAN	**BOOK**	**COMPANY**
美国人	书	公司

美国图书公司

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**195**	**]**
[	页	-	]

[第195页]

['mækˌswɛlz]

MAXWELL'S
麦克斯韦尔

麦克斯韦尔

[nuː] ['græmər]
NEW GRAMMARS
新的 语法

新语法

[baɪ] ['wɪljəm] [eɪtʃ] . ['mækswel] , [ˌpiː 'eɪtʃ] . [diː] . , [əl] . [diː] .
By WILLIAM H . MAXWELL , Ph . D . , LL . D .
经过 威廉 H . 麦克斯韦 , 菲尔 . D . , 二 . D .

作者：威廉·H·麦克斯韦尔，哲学博士，法学博士

[ˌsuːpərɪn'tendənt] [ʌv; əv] [skuːlz] , ['sɪti] [ʌv; əv] [nuː] [jɔːk]
Superintendent of Schools , City of New York
校长 的 学校 , 城市 的 新的 约克

纽约市教育局长

[ˌelɪ'mentri] ['græmər] $0 . - [skuːl] ['græmər] $0 . -
Elementary Grammar $0 . 40 School Grammar $0 . 60
初级 语法 $0 . - 学校 语法 $0 . -

小学语法 0.40 美元 中学语法 0.60 美元

[ðə; ði] [ˌelɪ'mentri] ['græmər] ['prez(ə)nts][ɪn] ['veri] [smɔːl] [speɪs] [ɔːl][ðə; ði] ['græmər] ['juːʒuəli; 'juːʒəli]
The ELEMENTARY GRAMMAR presents in very small space all the grammar usually
这 初级 语法 礼物 在 非常 小的 空间 全部 这 语法 通常
[tɔːt] [ɪn] [ˌelɪ'mentri] [skuːlz] .
taught in elementary schools .
教授 在 初级 学校 .

《基础语法》用非常小的篇幅介绍了小学通常教授的所有语法知识。

¶ [ˌaɪ 'tiː] ['gɪvz] [ðə; ði]['pjuːp(ə)l][æn; ən] ['ɪnsaɪt] ['ɪntuː][ðə; ði]['dʒen(ə)rəl][fɔːrmz][ɪn] [wɪtʃ] [θɔːt] [ɪz]
¶ It gives the pupil an insight into the general forms in which thought is
¶ 它 给予 这 瞳孔 一个 洞察力 进入 这 一般的 表格 在 哪个 想法 是
[ɪk'sprest] ,
expressed ,
表达 ,

它使学生深入了解思想表达的一般形式，

[ænd; ənd] [i'neiblz] [hɪm; ɪm][tuː; tə] [siː] [ðə; ði] ['miːnɪŋ] [ʌv; əv] ['kɑːmplɪkeɪtɪd] ['sentənsɪz] .
and enables him to see the meaning of complicated sentences .
和 启用 他 到 看 这 意义 的 复杂的 句子 .

这使他能够理解复杂句子的含义。

[ðə; ði] [ɪk'splænətɔːri] ['mætər] [ɪz] [meɪd] [klɪr] [baɪ][ðə; ði][juːz][ʌv; əv]['sɪmp(ə)l] ['læŋgwɪdʒ] ,
The explanatory matter is made clear by the use of simple language ,
这 解释性 事情 是 制成 清除 经过 这 使用 的 简单的 语言 ,

解释内容运用简洁易懂的语言，使其清晰明了。

[baɪ][ðə; ði] [ɪˌlɪmɪ'neɪʃn] [ʌv; əv] [ʌn'nesəseri] ['teknɪk(ə)l] [tɜːrmz] , [ænd; ənd][baɪ][ðə; ði] ['friːkwənt]
by the elimination of unnecessary technical terms , and by the frequent
经过 这 消除 的 不必要 技术的 条款 , 和 经过 这 频繁
[ˌɪntrə'dʌkʃ(ə)n] [ʌv; əv] [ɪ'lʌstrətɪv] ['sentənsɪz] .
introduction of illustrative sentences .
介绍 的 举例说明 句子 .

通过消除不必要的专业术语，并经常引入例证句。

[ðə; ði][ˌdefɪ'nɪʃnz; ˌdefə'nɪʃənz][ɑːr; ər]['sɪmp(ə)l][ænd; ənd] [prɪ'saɪs] .
The definitions are simple and precise .
这 定义 是 简单的 和 精确的 .

这些定义简洁明了，准确无误。

[ðə; ði]['eksərsaɪzɪz][ɑːr; ər] [ə'bʌndənt] [ænd; ənd] [pɪ'kjuːliərli] [ɪn'dʒiːniəs] .
The exercises are abundant and peculiarly ingenious .
这 练习 是 丰富 和 奇特地 巧妙 .

练习题数量众多，而且设计得非常巧妙。

[ə; eɪ]['nɑːv(ə)l] [dɪ'vaɪs] [fɔːr; fər] ['pɑːrsɪŋ] [ænd; ənd][ə'næləsɪs] [pə'mits] [ðiːz] [tuː] ['sʌbdʒekts][tuː; tə][biː; bi]

A	novel	device	for	parsing	and	analysis	permits	these	two	subjects	to	be
一个	小说	设备	为了	解析	和	分析	许可证	这些	二	主题	到	是

[kəm'baɪnd] [ɪn][wʌn]['eksərsaɪz][fɔːr; fər]['pɜːpəsəz, 'pɜːpəsɪz][ʌv; əv] [drɪl] .

combined	in	one	exercise	for	purposes	of	drill	.
合并	在	一	锻炼	为了	目的	的	钻头	.

一种用于解析和分析的新型装置可以将这两个主题结合在一个练习中进行训练。

¶ [ðə; ði] [skuːl] ['græmər] [kən'teɪnz] ['evriθɪŋ] ['niːdɪd] [baɪ] ['stjʊdnts] [ɪn] ['ʌpər] ['græmər] [greɪdz]

¶	The	SCHOOL	GRAMMAR	contains	everything	needed	by	students	in	upper	grammar	grades
¶	这	学校	语法	包含	一切	需要	经过	学生	在	上	语法	成绩

[ænd; ənd] ['sekənderi] [skuːlz] .

and	secondary	schools	.
和	次要	学校	.

¶ 《学校语法》包含了小学高年级和中学学生所需的一切。

[ˌaɪ 'tiː] ['kʌvərz] ['fʊli] [ðə; ði] [ri'kwaiəmənt] [ʌv; əv][ðə; ði] ['sɪləbəs] [ɪn] ['ɪŋglɪʃ] ['ɪʃuːd] [baɪ][ðə; ði] [nuː] [jɔːk]

It	covers	fully	the	requirements	of	the	Syllabus	in	English	issued	by	the	New	York
它	封面	完全	这	要求	的	这	教学大纲	在	英语	发布	经过	这	新的	约克

[steɪt] [ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] [dɪ'pɑːrtmənt] .

State	Education	Department	.
状态	教育	部门	.

它完全涵盖了纽约州教育厅发布的英语教学大纲的要求。

¶ [ðə; ði] [bʊk] [triːts] [ʌv; əv] ['græmər] ['oʊnli] ,

¶	The	book	treats	of	grammar	only	,
¶	这	书	款待	的	语法	仅有的	,

本书只涉及语法，

[ænd; ənd]['prez(ə)nts] ['meni] ['eksərsaɪzɪz] [wɪtʃ] [kɔːl][fɔːr; fər][kən'sɪdərəb(ə)l] [rɪ'flekʃ(ə)n] [ɑːn][ðə; ði] ['miːnɪŋ]

and	presents	many	exercises	which	call	for	considerable	reflection	on	the	meaning
和	礼物	许多	练习	哪个	称呼	为了	大量	反射	在	这	意义

[ʌv; əv][ðə; ði] [ɪk'spreʃənz] [tuː; tə][biː; bi]['ænəlaizd] .

of	the	expressions	to	be	analyzed	.
的	这	表达式	到	是	分析	.

并提供了一系列练习，要求对要分析的表达方式的含义进行深入思考。

[θruː'aʊt] , [stres] [ɪz][leɪd][ɑːn][ðə; ði] ['brɔːdər] [dɪ'stɪŋkʃənz] [ʌv; əv] [θɔːt] [ænd; ənd] [ɪk'spreʃ(ə)n] .

Throughout	,	stress	is	laid	on	the	broader	distinctions	of	thought	and	expression	.
自始至终	,	压力	是	铺设	在	这	更广泛	区别	的	想法	和	表达	.

贯穿全文，都强调了思想和表达之间更广泛的区别。

[ðə; ði] ['kɑːmən] ['erərz] [ʌv; əv] ['rɪt(ə)n] [ænd; ənd]['spoʊkən] ['læŋgwɪdʒ] [ɑːr; ər][soʊ] ['klæsɪfaɪd] [æz; əz][tuː; tə]

The	common	errors	of	written	and	spoken	language	are	so	classified	as	to
这	常见的	错误	的	书面	和	说	语言	是	所以	分类	作为	到

[meɪk] [ˌaɪ 'tiː] [kəm'pærətɪvli] ['iːzi] [fɔːr; fər]['pjuːp(ə)lz][tuː; tə] [dɪ'tekt] [ænd; ənd] [kə'rekt] [ðem; ðəm] [θruː]

make	it	comparatively	easy	for	pupils	to	detect	and	correct	them	through
制作	它	比较	简单的	为了	学生	到	探测	和	正确的	他们	通过

[ðə; ði] [ˌæplɪ'keɪʃ(ə)n] [ʌv; əv][ðə; ði] [ruːlz] [ʌv; əv] ['græmər] .

the	application	of	the	rules	of	grammar	.
这	应用	的	这	规则	的	语法	.

书面和口语中常见的错误经过分类，使得学生能够相对容易地通过运用语法规则来发现和纠正这些错误。

[ðə; ði] [bʊk] ['ɛndz][wɪð; wɪθ][æn; ən][hɪ'stɔːrɪk(ə)l] [sketʃ] [ʌv; əv][ðə; ði] ['ɪŋglɪʃ] ['læŋgwɪdʒ] ,

The	book	ends	with	an	historical	sketch	of	the	English	language	,
这	书	结束	和	一个	历史	草图	的	这	英语	语言	,

本书以英语语言的历史概述作结。

[æn; ən]['ɑːrtɪk(ə)l][ɑːn][ðə; ði][fɔːr'meɪʃ(ə)n][ʌv; əv][wɜːrdz] , [ænd; ənd][ə; eɪ][lɪst][ʌv; əv] [ɪ'kwɪvələnt] [tɜːrmz]
an article on the formation of words , and a list of equivalent terms
一个 文章 在 这 形成 的 字 , 和 一个 列表 的 相等的 条款
[ɪm'plɔɪd] [baɪ] ['ʌðər] [grə'meriən] .
employed by other grammarians .
受雇 经过 其他 语法学家 .

一篇关于词语构成的文章，以及其他语法学家使用的等效术语列表。

[ðə; ði] [fʊl] ['ɪndeks] [meɪks] [ðə; ði] ['vɑːljəm] ['juːsf(ə)l][fɔːr; fər] ['refrəns] .
The full index makes the volume useful for reference .
这 满的 指数 制作 这 体积 有用 为了 参考 .

完整的索引使本书成为有用的参考资料。

[ə'merɪkən] [bʊk] ['kʌmpəni]
AMERICAN BOOK COMPANY
美国人 书 公司

美国图书公司

[-] [noʊt] :
Transcriber's Note :
转录员的 笔记 :

转录者注：

[ˌɪnkən'sɪstənt] [ˌhaɪfə'neɪʃn] [ɪn][ðə; ði][wɜːrd] " ['skɪnˌlaɪk] " [ri'teind] .
Inconsistent hyphenation in the word " skinlike " retained .
不一致 连字符 在 这 单词 " 类皮肤 " 保留 .

“skinlike”一词中不一致的连字符被保留。

[ˌpiː 'dʒiː] - ['ædɪd] ['pɪriəd] ['æftər] " [kliːn] " ['loʊkeɪtɪd][ɪn] " ['kiːpɪŋ] [ðə; ði] [skɪn] [kliːn] " .
Pg 91 Added period after " Clean " located in " Keeping the Skin Clean " .
页 - 额外 时期 后 " 干净的 " 位于 在 " 保持 这 皮肤 干净的 " .

第 91 页 在“保持皮肤清洁”中的“清洁”后添加句号。

[ˌpiː 'dʒiː] - ['ædɪd] ['pɪriəd] ['æftər] " ['sɪknəs] " ['loʊkeɪtɪd][ɪn] " ['ænɪmlz] [wɪtʃ] ['kæri] ['sɪknəs] " .
Pg 182 Added period after " sickness " located in " animals which carry sickness " .
页 - 额外 时期 后 " 疾病 " 位于 在 " 动物 哪个 携带 疾病 " .

第 182 页 在“携带疾病的动物”中的“疾病”后添加句号。

[ˌpiː 'dʒiː] - [rɪ'muːvd] [ɪk'streɪniəs] ['kɑːmə] ['æftər] " [bæk] " ['loʊkeɪtɪd][ɪn] " [θroʊt] [bæk] , [ʌv; əv][ðə; ði] [tʌŋ] " .
Pg 188 Removed extraneous comma after " back " located in " throat back , of the tongue " .
页 - 已移除 无关的 逗号 后 " 后退 " 位于 在 " 喉 后退 , 的 这 舌头 " .

第 188 页 删除了“喉咙后部，舌头”中“后部”后面的多余逗号。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第8/8页

[ˌpiː ˈdʒiː] - [əˈmendid] " - " [tuː; tə] " - " [ˈloʊkeɪtɪd][ɪn] " [maʊθ] , - - - " .

Pg	190	Amended	"	47	"	to	"	67	"	located	in	"	Mouth	,	60	-	47	"	.
页	-	修订版	"	-	"	到	"	-	"	位于	在	"	嘴	,	-	-	-	"	.

第 190 页 修改了“Mouth, 60-47”中的“47”至“67”。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

听书破万卷
开口如有神